EL SOL ES GRATIS
La energía solar ya está al alcance de tus manos

¡PARA MORIRSE! (OTRA VEZ)
La publicidad engañosa en los servicios funerarios

TU DERECHO A LA SEGURIDAD
Cuando los productos te causan un daño

Aniversario 36

Revista del Consumidor

revistadelconsumidor.gob.mx
@r_consumidor

Especial del

Huevo

¿Colesterol?

Estudio de calidad
· 18 marcas comerciales puestas a prueba
· Descubre todo lo que puede aportarte
· Mitos y realidades

El Laboratorio Profeco reporta:

Calefactores

Conoce cuáles le darán calor a tu invierno

Leches y otros productos lácteos

Aprende a distinguir cuál es leche de verdad

BUEN FIN:)
EL FIN DE SEMANA MÁS BARATO DEL AÑO
16 - 19 DE NOVIEMBRE

Ofertas, descuentos y promociones... ¿Sabes cómo aprovecharlas?

- ¿Cómo se maneja un brote de gripe aviar?
- ¿Sabes qué es el virus A H7N3?
- ¿Qué fue lo que ocurrió en nuestro país ?

Tradiciones invaluables del Día de Muertos

Tecnología Doméstica Profeco
Calaveritas de azúcar glas

Noviembre de 2012 Núm. 429 $25
75 0 9 9 9 7 0 7 8 3 4 00429
Exhibir hasta el 31 de noviembre ISSN 0185-8874

Portal del Consumidor

Profeco

Todo lo que necesitas saber para comprar inteligentemente en un solo lugar:
consumidor.gob.mx

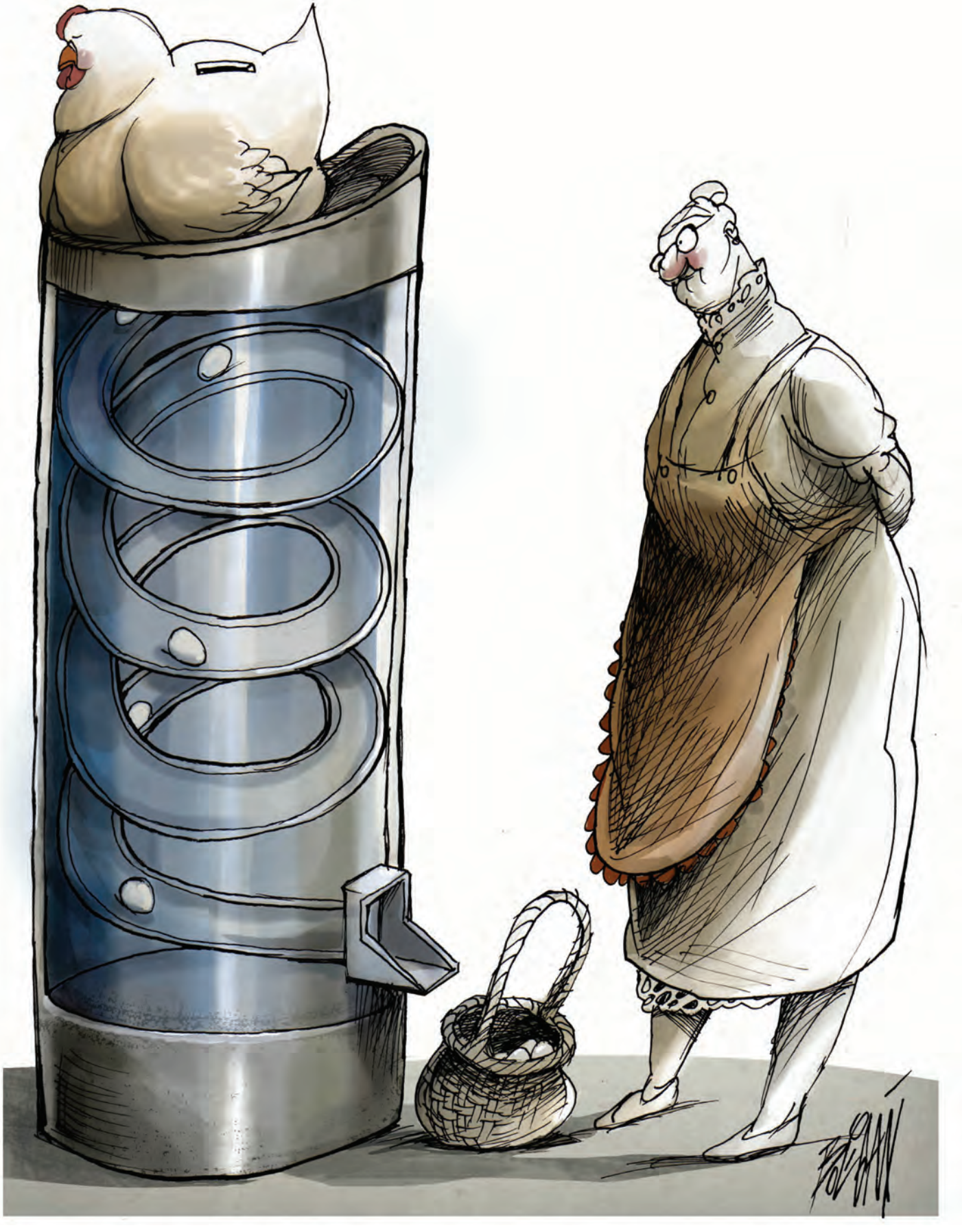
- Consulta el archivo histórico de estudios de calidad desde 1976.
- Conoce cuáles son las empresas con más quejas en cada estado del país.
- Entérate de los productos que representan un riesgo para tu seguridad.

Sin tanto rollo

Síguenos en Twitter:
@profeco

Soy consumidor y tengo el PODER

Huevos sorpresa, por **Boligán**



Revista del Consumidor

Sumario

31

↘ ESTUDIO DE CALIDAD

CALENTADORES AMBIENTALES

En este invierno que viene, deja de tiritar y de envolverte entre montañas de cobijas. Descubre qué calentador es el más adecuado para ti.

05 **ÉSTA ES TU VOZ**
Tú preguntas, **Profeco** responde

06 **CONSUMO EN EL MUNDO**
Dime dónde vives y te diré qué consumes

08 **CONSUMO EN LOS ESTADOS**
Nuevo León, orgullo de ser del norte

13 **CONSUMO ENERGÉTICO**
El Sol sale para todos: Energía limpia, ilimitada y gratuita

16 **SALUD Y NUTRICIÓN**
Ser o no ser leche, he ahí el dilema

18 **CONSUMO CULTURAL**
Mestizaje de la olla y el caldero: Cocina mexicana, herencia para el mundo

20 **CONSUMO 2.0**
Compras en línea: El mercado mundial bajo tus dedos

23 **FINANZAS PERSONALES**
Sácale jugo a las rebajas sin exprimir tu presupuesto

26 **TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO**
Calaveritas de azúcar glas

28 **PUBLICIDAD ENGAÑOSA**
¿Truco o trato? Servicios funerarios que te espantan... con engaños

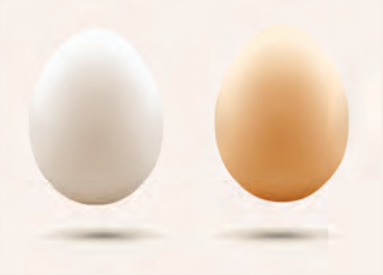
70 **TENDENCIAS DE CONSUMO**
La seguridad de productos es un derecho, aquí y en China

77 **PROFECO CERCA DE TI**
Todos los servicios que la Procuraduría tiene para ti

78 **PEQUEÑOS CONSUMIDORES**
Ofrenda de Día de Muertos

80 **EL TURNO DE...**
Gustavo Sánchez Parra: un "villano" responsable

↘ Especial del huevo



45 **HUEVO, ALIMENTO BÁSICO:**
Primero los consumidores

46 **EL HUEVO EN DATOS**

48 **PASO A PASO:**
Acciones en la contingencia del huevo

51 **INFLUENZA AVIAR A H7N3**
Comprendiendo una epidema

54 **QUÉ HACER SI...**
No te dan kilos de a kilo

56 **EL LABORATORIO PROFECO REPORTA**
Huevo: ¿Qué fue primero, el sabor o la nutrición?

68 **INFOGRAFÍA**
La ruta (oculta) del huevo

De las páginas de...

PROTEJA

$U DINERO

Elegir el crédito que mejor responda a tus necesidades no es tan complicado, la clave está en hacerse las preguntas adecuadas.

¿Cuál tarjeta me conviene?

Si estás a punto de solicitar un plástico, es probable que te sientas perdido ante la diversidad que existe (los bancos ofrecen más de 130 tarjetas distintas). Entre tantas ¿cómo saber cuál es la mejor para ti? El secreto estriba en cuestionarte sobre los aspectos clave.

1 Patrón de pago

Si eres *totalero*, es decir, pagas cada mes el 100% de las compras que realizas con tu plástico, debes poner especial atención a la cuota anual. Si sólo pagas el monto mínimo requerido en tu estado de cuenta, te conviene atender a la tasa de interés.

2 Tu ingreso

Tu ingreso determina el tipo de tarjeta a la que puedes acceder: clásica, oro o platino, y delimita tu línea de crédito.

Si cumples puntualmente con tus pagos, es probable que el banco te ofrezca cambiar tu tarjeta clásica por una oro (sin importar tus ingresos); en este caso sé honesto y reconoce si puedes o no con una responsabilidad así.

3 Tus hábitos de consumo

Si constantemente usas el plástico, busca una opción que te dé el mayor valor por tus compras, por ejemplo en puntos, millas o un porcentaje en dinero abonado a tu cuenta. No todas las recompensas son gratuitas, en algunos casos el costo viene incluido en la cuota anual.

4 Tu historial crediticio

Si tu historial es negativo, la única manera de obtener una tarjeta de crédito es adquiriendo una *garantizada*, que se encuentra respaldada por el dinero que tú deposites en el banco, y generalmente el monto debe ser igual a la línea de crédito de la que quieres disponer.

5 Tu estilo de vida

Identifica en qué gastas más y con qué frecuencia. Por ejemplo, si tienes que viajar regularmente y sueles hacerlo por una determinada línea aérea, te conviene elegir una tarjeta "asociada" que te otorgue millas.

Toma en cuenta que este tipo de productos suelen tener un costo financiero más elevado en términos de tasa y cuota anual.

6 ¿Cuánto cuesta?

Compara el Costo Anual Total (CAT). Es un indicador que engloba la tasa de interés, la anualidad, las comisiones y otros costos inherentes a la tarjeta. Considera que esta medida no incluye todas las comisiones y costos en los que puedes incurrir de acuerdo a tu estilo de pago.

Compara el Costo Anual Total, la anualidad y los beneficios que ofrecen distintas tarjetas de crédito en www.condusef.gob.mx/Revista

Del D.F. y área metropolitana
53 400 999
de todo el país
01 800 999 80 80

Síguenos por *twitter*: **@CondusefMX**

www.condusef.gob.mx

CONDUSEF
Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros

Profeco SE

Procurador Federal del Consumidor
Bernardo Altamirano Rodríguez

Coordinador General de Educación y Divulgación
Gerardo Rodríguez Sánchez Lara

Director General de Difusión
Roberto Bello Salcedo

Revista del Consumidor

Directora Editorial
Mónica Adriana Ledón Ruiz

Jefe de información
Ismael Flores Ruvalcaba

Investigación y redacción
Thalía Castillo Gill

Corrección de estilo
Marco Menéndez

Directora de Arte y Diseño
Silvia Peraza de Prado

Editor gráfico
Javier Caballero Sandoval

Diseño
Roberto Paz Amaya
Alejandro Sánchez Velasco

Colaboradores
Boligán
Nelly Güereña
Valeria Alvarado
Magda Coss

Ilustración
Arnulfo Guevara
Mónica Miranda
Eduardo Moreno
Bruno Piña

Fotografía
Armando Rodríguez
José Rodríguez
Rodolfo Valtierra

Consejo Editorial
Aída Albuerne Piña
Roberto Bello Salcedo
Alejandro Celis Albarrán
Noreli Domínguez Acosta
Rubén Durán Miranda
Gastón Fernández Arnaiz
Gonzalo Alberto García Ávila
Selene García González
José Jarero Valencia
Aarón Jiménez Paz
María del Pilar López Fernández
Patricia Angelina López Sánchez
Carlos Martínez Velázquez
Silvia Meraz Mendiaz
Suriel Ramírez Zaldívar
Tania Rodríguez Ortiz
Gerardo Rodríguez Sánchez Lara
Noemí Valerio Barrón

Subdirector administrativo
Abel Eloy Velasco Valdez

Publicidad
Tania Santa Cruz
ventasrevista@profeco.gob.mx

¡Felices 36!

En la **Revista del Consumidor** estamos de fiesta. Este mes celebramos 36 años de existencia. Mucha agua ha corrido desde aquel noviembre de 1976 en que apareció nuestro primer número. Prueba de ello es que hoy tienes en tus manos la edición 429 de una publicación que ha pasado por numerosos cambios y etapas, pero con un objetivo inmutable: orientar a los consumidores.

Un aniversario siempre es motivo de alegría y celebración, pero también de reflexión y autocrítica. Sólo mirando hacia el pasado con el tiempo de nuestra parte podemos contemplar con satisfacción que nuestra trayectoria no ha sido magra y que nuevos y emocionantes retos vienen en camino.

Hace 36 años, la sociedad mexicana era muy distinta, la Revista también. El esquema económico de entonces no se parece en nada al actual, porque los consumidores ya no somos los mismos. Queremos pensar que la Revista, junto con la Institución que nos alberga, ha contribuido con esta transformación, aunque sea un poquito.

Y queremos seguir haciéndolo.

Esta edición sucede en el marco de un acontecimiento importante: la turbulencia económica alrededor del huevo. Aunque el estudio de calidad ya estaba programado con antelación, esta contingencia nos obligó a dedicarle un mirada más profunda y extensa para que los consumidores tengan una visión global de qué pasó, qué acciones se tomaron y cómo pueden defender sus derechos.

En este número, nuestras secciones acostumbradas se afianzan, buscando ofrecer temas que le sean de utilidad e interés al consumidor del siglo XXI, tales como el decálogo de los consumidores en línea o la importancia de la seguridad de productos en nuestra vida cotidiana, tema al que dedicamos nuestra sección de Tendencias de Consumo.

Durante todo este mes, la **Revista del Consumidor** continuará de fiesta. Pero no solamente para festejar 36 años de publicaciones casi ininterrumpidas, sino para celebrar más de tres décadas de merecer la confianza de los lectores, a quienes no tenemos más que refrendar nuestra gratitud y compromiso.

¡Que vengan más!

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 7, col. Condesa, CP 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México DF. Teléfono: 5625 6930. Fax: 5553 0574, e-mail: rconsumidor@profeco.gob.mx

La **Revista del Consumidor**, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553 0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de **Profeco**; se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.** Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que **Profeco** lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en Talleres Gráficos de México, Av. Canal del Norte 80, col. Felipe Pescador, del. Cuauhtémoc, México, DF, CP 06280. Distribución en el Distrito Federal por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México A.C., Calle Guerrero #50, col. Guerrero, Tel. 5591 1400 y 5591 1401, a través del Despacho Everardo Flores Serrato, Serapio Rendón #87, planta baja, col. San Rafael, CP 06470, Tel. 5128 6670. Editora responsable: Mónica Adriana Ledón Ruiz. Tiraje: 40,000 ejemplares.

Ésta es tu voz

La **Ley Federal de Protección al Consumidor** es tu voz. ¡Úsala! Comparte aquí tus dudas, sugerencias y experiencias de consumo. Envíalas a **rconsumidor@profeco.gob.mx** o escríbenos a la redacción, ubicada en Av. José Vasconcelos 208, séptimo piso, colonia Condesa, CP 06140 en el Distrito Federal. Síguenos en Twitter en **@r_consumidor** o danos *like* en Facebook en nuestra *fanpage* **Consumidor Inteligente**. ¡Que no te callen, ésta es tu voz!

Pláticas de ascensor

Bernardo Basurto dijo:

Una pregunta, ¿todos los contratos deben estar registrados ante ustedes? El contrato que voy a firmar es un contrato de servicio para unos elevadores. Ya lo leí, pero en ningún lado dice que está registrado ante **Profeco**. Espero me puedan ayudar a aclarar esa duda.

Consumidor Inteligente dijo:

¡Felicidades, Bernardo! Tu pregunta es síntoma de que eres un consumidor inteligente. Como ya sabes, un contrato de adhesión es aquel que ha sido verificado por **Profeco** para evitar la presencia de cláusulas abusivas, confusas o engañosas en la compra de un bien o en la contratación de un servicio.

Existen ciertos sectores comerciales (es decir, giros o tipos de negocio) que por ley están obligados a presentarte un contrato de este tipo, tales como autofinanciamientos, tiempos compartidos, casas de empeño, compraventa de inmuebles y mediación para compra, servicios funerarios, servicios médicos de cobro directo, tintorerías y muchos otros más.

Los servicios de instalación o mantenimiento de elevadores no están obligados a ofrecer este tipo de contrato. Sin embargo, puede que algún proveedor comprometido con sus clientes haya adherido su contrato voluntariamente. Te invitamos a revisar todos los proveedores del Registro Público de Contratos de Adhesión en **rcal.profeco.gob.mx**

Razones de peso

@obesidadcero:

Resulta que una seudoespecialista dijo que "los refrescos no son necesariamente malos", y es "nutrióloga" de @rconsumidor

@obesidadcero:

¡Qué vergüenza que permitan este tipo de comentarios que fomentan la epidemia de #obesidad que estamos viviendo!

@rconsumidor

La obesidad es un padecimiento que, además de reducir la esperanza de vida, está mermando su calidad en miles de mexicanos. Hacer conciencia y tomar cartas en el asunto es una tarea de todos. En la **Revista del Consumidor** ponemos nuestro "granito de arena" al mostrar el perjuicio que algunos hábitos de consumo pueden ocasionar.

Sin embargo, hacer conciencia no implica "satanizar" productos que no representan riesgos sanitarios. Tal es el caso de los refrescos, que, como la nutrióloga Leticia Huerta afirmó en la sección Diván de Nutrición (agosto, 2011), "no son necesariamente malos". Cualquier profesional en el área podría afirmar que no existen alimentos que por sí mismos nos engorden o bajen de peso; más bien, estos desórdenes responden a malos hábitos alimenticios. Como mencionamos en el reciente estudio de refrescos (mayo 2012), el problema es la cantidad consumida y el déficit de actividad física para convertir el aporte energético en movimiento y no en grasa. Eso es lo que hay que enfatizar: el refresco no es malo por sí mismo ni el único causante de obesidad, sino parte importante de un problema multifactorial.

Fe de erratas

Errar es humano; pero no corregir es imperdonable. En nuestro pasado estudio de toallas femeninas aparecieron resultados equivocados en el rubro de flujo abundante:

- Aurrera nocturna aroma a manzanilla con alas.
- Fiore manzanilla nocturna con alas.

Ambas marcas calificaron como **Excelente**, es decir, **E**, y no con **MB**.

- Kotex unika anatómica sin alas.
- Kotex unika manzanilla anatómica con alas.
- Kotex anatómica con alas.

Estos tres productos calificaron como **Muy Bien**, es decir, **MB**, y no con **B**.

- Délica manzanilla nocturna anatómica con alas.
- Naturella con manzanilla con alas.

Ambas marcas calificaron como **Buenas**, es decir, **B**, y no con **R**. Y, por último:

- Always active ultra día con flexi alas ultrafina.

La cual calificó como **Regular**, es decir, **R**, y no con **P**, como aparecieron en la edición.

Atención Las cartas que envíes a la **Revista del Consumidor** implican tu consentimiento para que sean editadas y publicadas. Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el Instituto Federal de Acceso a la Información Pública (IFAI). Muy importante: no olvides incluir tu nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos ponernos en contacto contigo. Esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias de consumo con los demás lectores. La **Revista del Consumidor** no tiene las facultades legales para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria con el objetivo de que, a través de las instituciones correspondientes, se resuelvan los conflictos que enfrenten con prestadores de servicios.

LAS "GRACIAS" DEL PERRO

Como si camináramos en territorio minado, todos hemos experimentado en zapato propio la necesidad de limpiar nuestro calzado contra una banqueta o contra el pasto, pues no falla el excremento animal abandonado a ras de suelo. Pero, ¿qué pasaría si a cambio de responsabilizarnos recibiéramos una recompensa? Seguramente las cosas serían muy diferentes. En ocasiones la falta de recursos o el desinterés en países desarrollados o emergentes significan una oportunidad para aquellas marcas que ofrecen algo más que productos y servicios. Es el caso de Terra y la agencia de marketing DDB México, que en conjunto han lanzado una iniciativa para educar a los propietarios y a la población en general. Se trata de Poo WiFi, una campaña que incentiva a los dueños de mascotas a recoger los excrementos de sus animales a cambio de WiFi gratuito. Un contenedor situado en un parque calcula el peso del excremento y lo convierte en minutos de internet gratis para toda la zona. Entre mayor sea el peso, más serán los minutos. Una idea brillante basada en el principio de la diversión y la recompensa, que sin duda nos permitirá caminar tranquilos.

Fuente: Creativity Online

LA SABIDURÍA DEL TIEMPO

No es verdad de Perogrullo. La población mundial del siglo XXI está envejeciendo. Un mundo que envejece significa la necesidad de políticas inteligentes que reivindiquen el potencial y los derechos de los adultos mayores. En el año 2000, por primera vez en la historia, hubo más personas mayores de 60 años que niños menores de 5. Así, la población adulta mayor crece más que cualquier otro grupo de edad y superará el billón de personas en 10 años. No debemos perder de vista que esta generación representa una valiosa reserva de talento y experiencia que precisa políticas adecuadas; ello implica nuevos acercamientos a las agendas de seguridad social; trabajo, retiro y pensiones; vivienda, y de relaciones intergeneracionales.

Aquí algunos hallazgos:

- En 2012, **810 millones** de personas tenían **60 años** o más. Para 2050, este número alcanzará los **2 billones**.
- Cada **segundo, dos** personas celebran su cumpleaños número **60**.
- En los países en desarrollo, cerca de **90%** de la **población** adulta mayor **trabaja**.

Fuente: UNFPA

EDIFICIOS QUE RESPIRAN

¿Edificios que se limpian solos? ¿Arquitectura cuyos materiales limpian el aire que les rodea? Como salido de una historia de ciencia ficción, la empresa Alcoa ha creado la superficie de aluminio Reynobond®, la cual es cubierta con una capa de dióxido de titanio denominada EcoClean™. El resultado es el primer panel de aluminio para trabajos arquitectónicos que puede limpiarse a sí mismo y al aire que le circunda. Reynobond® remueve los contaminantes del aire haciendo uso de la luz solar, el vapor de agua, y el oxígeno para limpiar el aire mismo. De esta forma, 1000 m^2 de este material tienen la capacidad para limpiar la polución de cuatro automóviles diariamente, lo que equivale al potencial de descontaminación de 80 árboles cada día. Fascinante, ¿no?

Fuente: Alcoa

TOP 10 AMIGOS EN DOS RUEDAS

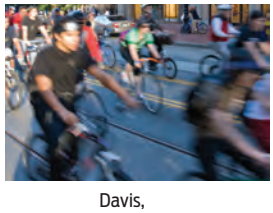
Virgin Vacations y la Liga de Ciclistas de América (LAB, por sus siglas en inglés) han elegido a las 10 ciudades más amigables con los ciclistas, con base en criterios como ingeniería e infraestructura, fomento, educación, planeación y respeto a la ley. Éstas son las ciudades que, al seguir pedaleando, mantienen el equilibrio:

1.
Ámsterdam,
Holanda

2.
Portland,
Oregon, EU

3.
Copenhague,
Dinamarca

4.
Boulder,
Colorado, EU

5. 
Davis,
California, EU

DALE MÁS GASOLINA

La antigua lengua gaélica escocesa dio a la palabra whisky su origen y significado. De manera que decirse "agua de vida" no es cualquier cosa. Pero no sólo eso, los residuos de esta bebida también servirán para alimentar con combustible a los automóviles. Tanto es así que la tradicional destilería escocesa Tullibardine y un equipo de la Universidad de Napier de Edimburgo se han asociado para transformar los residuos –que representan cerca de 90% de lo que se produce en una destilería– en combustible para autos. Para la destilería Tullibardine significa un ahorro de 400 mil dólares, los cuales eran destinados para deshacerse de los residuos, mientras que para la naciente industria podría reportar unos 100 millones de dólares anuales. Beneficios para ambas empresas y para el medio ambiente: ¡salud!

Fuente: BBC Mundo

> "Lo maravilloso de la ropa fabricada localmente es que ofrece a los diseñadores un control sobre su producto, el impacto ambiental es bajo y hace más fácil la tarea de mantener un registro de los problemas laborales al interior del negocio"

Elizabeth Cline,
periodista de Nueva York y autora del libro
Overdressed: The Shockingly High Cost of Cheap Fashion

PUBLICIDAD OPRESIVA

Por desgracia, la publicidad continúa siendo un aspecto de la vida en el que las prácticas discriminatorias o la violencia contra el género femenino perviven. Tal es el caso de la tienda de muebles sueca Ikea, que recién imprimió su catálogo 2013, y el cual es traducido a más de 27 idiomas y distribuido en 38 países. No obstante, en la versión de Arabia Saudita falta algo: las mujeres. La ley islámica saudita prohíbe a las mujeres conducir, votar o rezar fuera de casa sin la tutela de un pariente masculino. Así, en el catálogo, ellas fueron borradas de las imágenes. El titán de muebles armables ha ofrecido una disculpa por su "estrategia" y ha prometido pensar en campañas más globales y afines con la diversidad de ideologías que imperan en el mundo. Sin embargo, estos retoques son un triste ejemplo de la opresión hacia las mujeres, que continúa en pleno siglo XXI.

Fuente: Metro

Fuente: Treehugger

6

Sandnes,
Noruega

7

Trondheim,
Noruega

8

San Francisco,
California, EU

9

Berlín,
Alemania

10

Barcelona,
España

Nuevo orgullo de ser

Privilegiado por su naturaleza y su majestuosidad urbana, la pujanza de su gente y el liderazgo de su economía, este estado te invita a la aventura de conocerlo y disfrutarlo en todas sus facetas. ¡Sí, señor!

El Parque Fundidora, símbolo de la templanza regiomontana, cuenta la historia industrial que forjó al estado.

Es una de las entidades más competitivas del país, con una tradición industrial de más de 150 años que atrae más inversión extranjera que cualquier otra región.

Su vocación empresarial, enfocada en generar empleo y riqueza para sus habitantes, ha ayudado a crear cerca de 160 mil micro, pequeñas y medianas empresas que sostienen el 90% de la economía estatal. Esto es posible debido a su población altamente competitiva, que cuenta con una elevada escolaridad: 20% de sus habitantes es profesionista formado en las más de cien universidades que hay en el estado.

Para comprender la diversidad cultural y natural que ofrece nuestro país, hay que conocer Nuevo León. Desde su capital cosmopolita, hasta sus agrestes paisajes colmados de prodigios naturales y sus pintorescos pueblos dispersos por toda la entidad, este territorio fronterizo tiene las puertas abiertas al visitante y le da la bienvenida como sólo los norteños saben hacerlo.

La Sultana del Norte

Con 3.7 millones de habitantes, Monterrey es la tercera ciudad más grande del país; y una de las de mayor conectividad debido a su red aeroportuaria, carreteras, y a su oferta hotelera, gracias a lo cual es constante anfitriona de eventos, congresos, ferias, convenciones y exposiciones de gran magnitud.

La zona regiomontana es una mezcla de escenarios naturales y urbanos; arquitectura moderna y colonial; innovadores espacios culturales e importantes desarrollos financieros e industriales. Todo ello, junto con su afición al futbol y al beisbol, y su vida cultural que brinda una amplia oferta de museos, restaurantes, bares y centros comerciales, la convierten en una ciudad fascinante, seductora y multifacética.

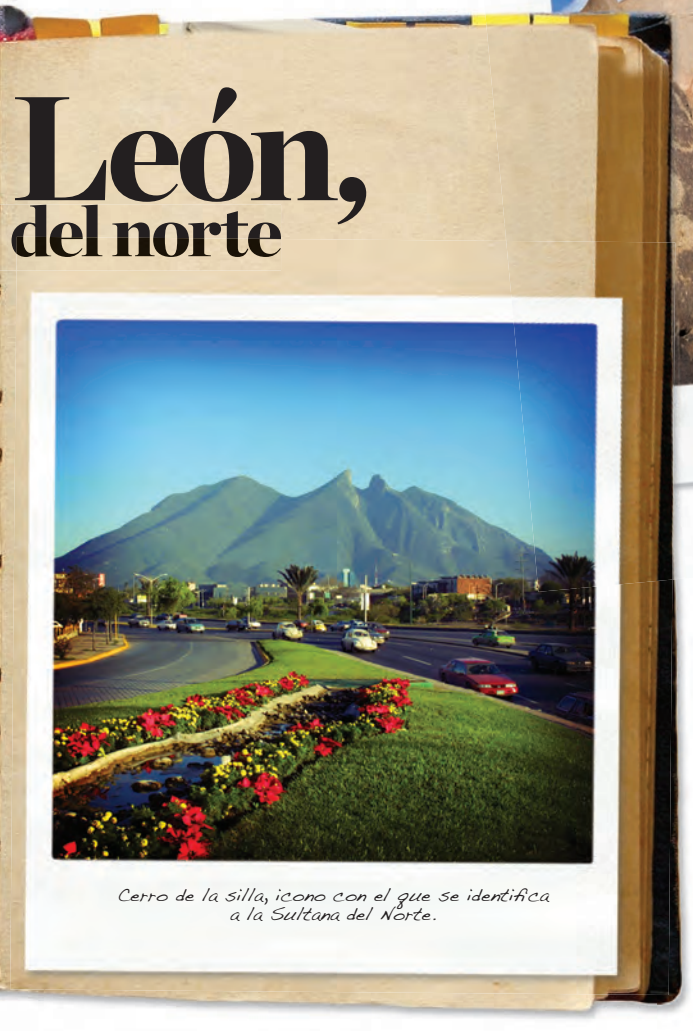
Los sitios obligados

- **Paseo Santa Lucía.** Inaugurado en 2007, este canal de 2.4 kilómetros que va desde el centro de la capital hasta el Parque Fundidora, se ha convertido en uno de los sitios predilectos de visitantes y citadinos, quienes lo pueden navegar o recorrer a pie.
- **Parque Fundidora.** Este sitio, además de albergar la historia y arqueología industrial de la ciudad, ofrece galerías, salas de exhibición, museos, restaurantes, parques, espectáculos y eventos de talla internacional.
- **El Museo del Noreste (MUNE).** Difunde la cultura y el conocimiento sobre los estados de Nuevo León, Coahuila, Tamaulipas, y de Texas, Estados Unidos, con una visión integradora.
- **Macroplaza y Barrio Antiguo.** Es lo que en otras ciudades llamamos centro histórico. Ahí podrás visitar los monumentos y edificios relacionados con la historia local y nacional, apreciar la arquitectura colonial y contemporánea, comprar artesanías en el mercado de la calle Morelos, y disfrutar de la hospi-

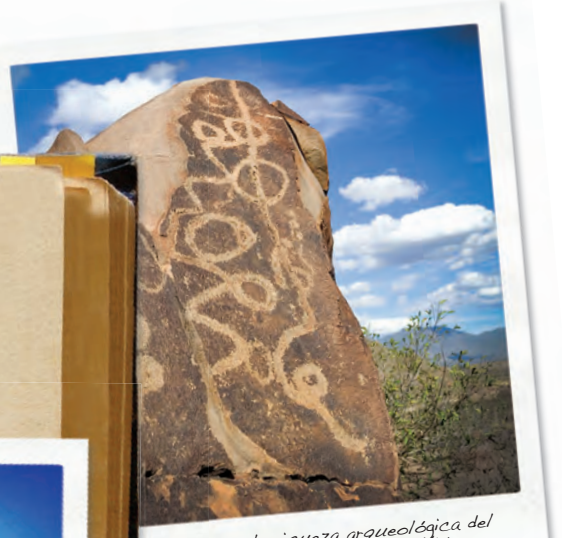
Cola de Caballo. Puedes recorrer su bello paisaje en bici, carreta, a caballo o a pie.

Encuentra tu delegación Profeco en Nuevo León
Av. Profesor Moisés Sáenz #602, col. Mitras Centro, CP 64460, Monterrey.
Tel. 01 (81) 834 782 22, 834 748 49, 834 711 85

León, del norte



Cerro de la Silla, ícono con el que se identifica a la Sultana del Norte.



Conoce la riqueza arqueológica del municipio de Mina, exhibida en sus museos y petroglifos.

talidad, deleite y diversión que caracterizan a los restaurantes, bares y centros nocturnos de la zona.

◗ **Museo del Acero Horno**[3]. Moderno museo interactivo para experimentar al rojo vivo la ciencia y la tecnología, ubicado, como su nombre lo dice, en el tercer horno del Parque Fundidora.

◗ **Cerro de la Silla.** Declarado Monumento Natural por la Comisión Nacional de Áreas Naturales Protegidas en 1991, es el símbolo regiomontano por excelencia, pues se puede apreciar desde casi cualquier zona de la ciudad. Ofrece diversas actividades, principalmente turismo de aventura.

Turismo médico

Una de las particularidades que tiene la ciudad, pues cuenta con mil 359 camas en sus 10 centros hospitalarios acreditados por los principales organismos nacionales e internacionales de calidad en servicios de salud, para atender pacientes locales y foráneos.

Más allá de la capital

Algunas ciudades neoleonesas superan los 400 años de fundación, y cuentan con invaluables atractivos arquitectónicos y arqueológicos.

◗ **Villa de Santiago.** Declarado Pueblo Mágico gracias a sus tradiciones, costumbres, gastronomía, arquitectura, historia e identidad propia. Se ubica a sólo 35 minutos de Monterrey, junto a las cascadas de Cola de Caballo y la presa de Boca, donde se pueden practicar deportes acuáticos.

Ecoturismo y turismo de aventura

Por la variedad de su orografía y paisajes, Nuevo León obsequia múltiples opciones para vivir al máximo el contacto con la naturaleza, para relajarte o vivir la aventura. En sus imponentes montañas se puede practicar cañonismo, escalada en roca y *rappel*, senderismo, kayak, ciclismo de montaña, y hasta vuelo en parapente, en globo aerostático o salto en *bungee*.

Todo esto lo podrás disfrutar en medio de las maravillas naturales que ofrecen los parques Chipinque, Cola de Caballo, Grutas de Bustamante, Grutas de García, El Sabinal y El Salto; los cañones de Matacanes, de Hidrofobia, del Chipitín, del Salto y del Laberinto, de Hormigas y el de la Esmeralda; y otras regiones bellísimas como Potrero Chico, las Guitarras de la Huasteca, el cañón de San Cristóbal en Santiago, el Nido de los Aguiluchos y el Cañón del Pony.

Para comer como sultanes

La gastronomía neoleonesa, como en otras regiones del norte, es más sencilla que en el centro y sur del país, mas no por ello menos sabrosa. De influencia judía, española y tlaxcalteca, los platillos y dulces típicos son un deleite que valen la pena el viaje. El platillo regional por excelencia sin duda es el cabrito, de herencia judeoespañola, cuyo sabor, al igual que el del cordero o ternera, depende del animal, el cual no debe tener más de 40 días de edad y sólo ha de haber sido alimentado con leche materna (tal como prescribe el Antiguo Testamento).

El machacado (carne seca) con huevo también es típico de la región, además de la gran variedad de cortes para asar, la carne zaraza, los machitos, el asado de puerco, los tamales, las tortas compuestas y las semitas; y de postre las tradicionales glorias, el pan de Agualeguas y las ricas empanadas de cajeta, entre muchos otros.

Fuentes:
· Monterrey Mágico. "Gastronomía". Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://www.monterreymagico.com/gastronomia
· Nuevo León. ¡Extraordinario! Recuperado el 10 de octubre de 2012 de http://www.nl.gob.mx/?P=turismo
· Oficina del Gobierno del Estado de Nuevo León en el Distrito Federal.
· Travel by Mexico. "Villa de Santiago, Pueblo Mágico". Recuperado el 10 de octubre de 2012 de http://www.travelbymexico.com/blog/943-villa-de-santiago-pueblo-magico/

Verificación de gasolineras

Y en Nuevo León... ¿Quién es Quién en las Gasolineras? Éstas son las estaciones de servicio que, hasta el 25 de septiembre de 2012, no presentaron ninguna irregularidad durante la última visita de verificación que se les realizó. Encuentra toda la información que necesitas sobre el historial de cualquier gasolinera en el país en nuestra aplicación en línea, disponible en **profeco.gob.mx**

Municipio	Estación de servicio	Domicilio
APODACA	2046	ZARAGOZA #210
APODACA	3360	KM 17 CARR. MONTERREY-LAREDO
APODACA	3805	KM 14.92 CARR. MIGUEL ALEMÁN
APODACA	3806	CARR. STA. ROSA-APODACA CRUZ CARR. MEZQUITAL-STA. ROSA
APODACA	4203	CAM. HUINALA-MEZQUITAL CRUZ CARR. MIGUEL ALEMÁN
APODACA	4690	BLVD. CARLOS SALINAS DE GORTARI #652
APODACA	4699	CARR. MEZQUITAL-STA. ROSA ESQ. MOISÉS SÁENZ
APODACA	5032	CARR. A HUINALA #127
APODACA	5163	KM 22.8 CARR. MONTERREY-MIGUEL ALEMÁN
APODACA	5230	AV. MANUEL HERRERA #101
APODACA	5460	AV. SENDERO NORTE DEL EJIDO #500
APODACA	5797	KM 3.8 CARR. SANTA ROSA
APODACA	5955	KM 20 CARR. MONTERREY-NUEVO LAREDO MARG. DERECHO
APODACA	6050	CARR. APODACA-VILLA JUÁREZ
APODACA	6180	ANTIGUO CAMINO APODACA-MEZQUITAL-STO. DOMINGO #200
APODACA	6470	CARR. APODACA-VILLA JUÁREZ #1101
APODACA	6566	CARR. HUINALA-APODACA #321 ESQ. RÍO ORINOCO
APODACA	6588	AV. REAL DEL MEZQUITAL #500
APODACA	6769	AV. ANDROMEDA #400
APODACA	6796	AV. ISIDORO SEPÚLVEDA #500 ESQ. AV. J. M.
APODACA	7075	CARR. A HUINALA #100
APODACA	7193	CARR. A LAREDO #1600
APODACA	7197	AV. HERMOSILLO #501
APODACA	7712	CALLE ALCANFOR # 100-A
APODACA	7773	CARR. MIGUEL ALEMÁN-ENTRONQUE CAMINO A. FRÍA #1001
APODACA	7801	AV. CONQUISTADORES #300
APODACA	7873	CARR. MIGUEL ALEMÁN #610
APODACA	7875	AV. AFGANISTÁN #1163
APODACA	7883	AV. MÉXICO Y AV. HÉCTOR CABALLERO ESCAMILLA
APODACA	7914	AV. LAS PALMAS #430
APODACA	8056	BLVD. LÓPEZ PORTILLO #90
APODACA	8081	AV. CONCORDIA #200-A
APODACA	8144	CARR. APODACA-VILLA DE JUÁREZ #201
APODACA	8214	REFORMA #200
APODACA	8265	CARR. HUINALA #398
APODACA	8475	ORQUÍDEA #102M ESQ. CON IGNACIÓ VILLARREAL
APODACA	8617	AV. CAMINO REAL A SANTA ROSA #500-A ESQ. CARTAGENA
APODACA	9176	AV. RHODESIA DEL NORTE #501 ESQ. GASPAR CASTANO
APODACA	9398	AV. MIGUEL ALEMÁN #300
APODACA	9531	CALLE SICOMORO #301
APODACA	9532	AV. ACAPULCO S/N
APODACA	9752	BLVD. SAN FRANCISCO #1000
APODACA	9770	PORFIRIO DÍAZ S/N
APODACA	9813	CARR. NACIONAL MONTERREY-LAREDO ESQ. AV. LAS PALMAS
APODACA	9844	AV. MIGUEL ALEMÁN S/N (ANT. CARR. M.ALEMÁN KM 16.5)
APODACA	9984	AV. DEL TELÉFONO #113
APODACA	9986	AV. MEZQUITAL-SANTA ROSA #4950
APODACA	10173	CARR. SANTA ROSA-APODACA #200
APODACA	10343	CALLE RÍO PILÓN #612
APODACA	10368	JULIÁN TREVIÑO ELIZONDO 100-04-A
APODACA	10517	CARR. APODACA-SANTA ROSA #400-B
APODACA	10545	BLVD. AEROPUERTO #2000
APODACA	10651	CAMINO A AGUA FRÍA #1500
APODACA	10700	AV. REFORMA #800 PTE.
APODACA	10872	CARR. HUINALA-DULCES NOMBRES #300
APODACA	11021	AV. CONSTITUCIÓN #240
CIÉNEGA DE FLORES	4020	KM 22.5 CARR. MONTERREY-LAREDO
CIÉNEGA DE FLORES	5051	INDEPENDENCIA #1170
GARCÍA	3128	KM 339 CARR. MONTERREY-SALTILLO
GARCÍA	4628	BLVD. A. GARCÍA #103
GARCÍA	5919	ADOLFO LÓPEZ MATEOS #1000
GARCÍA	8810	BLVD. HEBERTO CASTILLO S/N
GARCÍA	9988	AV. LINCOLN #650
GARCÍA	10068	JUÁREZ #503
GARCÍA	10363	PROLONGACIÓN LINCOLN S/N
GARCÍA	10571	AV. SOR JUANA INÉS DE LA CRUZ #100 BVD. HEBERTO CASTILLO
GARCÍA	11243	BLVD. HEBERTO CASTILLO #1000
GENERAL BRAVO	2072	CARR. MONTERREY-REYNOSA
GENERAL BRAVO	2585	GRAL. BRAVO DOMICILIO CONOCIDO
GENERAL BRAVO	3730	KM 30 MARGEN NTE CARR.INTEROCEÁNICA TRAMO REYNOSA
GENERAL BRAVO	6123	KM 144.6 CARR. MONTERREY-REYNOSA #303
GENERAL BRAVO	10166	KM 129.89 CARR. MONTERREY-REYNOSA
GENERAL ESCOBEDO	3593	AV. PARQUE INDUSTRIAL #220
GENERAL ESCOBEDO	3721	BENITO JUÁREZ #100
GENERAL ESCOBEDO	3835	COLOMBIA #400
GENERAL ESCOBEDO	4348	BLVD. BENITO JUÁREZ Y AV. HACIENDA DEL REY
GENERAL ESCOBEDO	4552	AV. RAÚL SALINAS LOZANO #641
GENERAL ESCOBEDO	5118	CARR. A COLOMBIA #1201
GENERAL ESCOBEDO	5667	RAÚL SALINAS LOZANO Y AV. COMPOSTELA
GENERAL ESCOBEDO	5785	LIBRAMIENTO MONTERREY-SALTILLO #1700
GENERAL ESCOBEDO	5807	AV. RAÚL SALINAS #193
GENERAL ESCOBEDO	6113	AV. MONTE HORBE #100
GENERAL ESCOBEDO	6593	AV. CABEZADA #1307
GENERAL ESCOBEDO	6747	AV. LAS TORRES #100 PTE.
GENERAL ESCOBEDO	7006	AV. ACUEDUCTO #401
GENERAL ESCOBEDO	7017	AV. RAÚL SALINAS #714
GENERAL ESCOBEDO	7152	RAÚL SALINAS LOZANO #300
GENERAL ESCOBEDO	7295	KM 5.5 CARR. A MONCLOVA
GENERAL ESCOBEDO	7304	BLVD. BENITO JUÁREZ ESQ. CON ESCOBEDO #106
GENERAL ESCOBEDO	7346	AV. ACUEDUCTO ENTRE SAN JOSÉ Y SAN JUAN #200
GENERAL ESCOBEDO	7454	BLVD. BENITO JUÁREZ #129
GENERAL ESCOBEDO	7549	AV. SENDERO NORTE #130 PTE.
GENERAL ESCOBEDO	7945	BLVD. LÓPEZ PORTILLO #90
GENERAL ESCOBEDO	8107	AV. BENITO JUÁREZ #300-A
GENERAL ESCOBEDO	8206	CAMINO REAL #150

Municipio	Estación de servicio	Domicilio
GENERAL ESCOBEDO	9680	EVARISTO CABALLERO #3299 Y ARCO VIAL
GENERAL ESCOBEDO	9834	KM 10.5 CARR. MONTERREY-LAREDO
GENERAL ESCOBEDO	10346	CARR. SALTILLO-MONTERREY TRAMO LIBRAMIENTO
GENERAL ESCOBEDO	10692	CARR. MONTERREY-LAREDO #1701
GENERAL ESCOBEDO	11224	AV. SANTA ENGRACIA #127
GUADALUPE	2131	MARGARITA MAZA DE JUÁREZ #150 OTE.
GUADALUPE	2535	AV. MIGUEL ALEMÁN #272
GUADALUPE	3070	AV. RUIZ CORTINES OTE. #4590
GUADALUPE	3223	CARR. SAN ROQUE Y ARQ. PEDRO RAMÍREZ
GUADALUPE	3354	JUAREZ #103 OTE.
GUADALUPE	3524	AV. RUIZ CORTINES #620
GUADALUPE	3572	KM 8 CARR. MIGUEL ALEMÁN
GUADALUPE	3780	AV. BENITO JUÁREZ #1209 OTE.
GUADALUPE	3964	AV. PABLO LIVAS #1398 ESQ. CON AV. COMUNICACIONES
GUADALUPE	4048	AV. GRAL. PABLO LIVAS #4640
GUADALUPE	4191	AV. BENITO JUÁREZ #1929
GUADALUPE	4289	PROL. RUIZ CORTINES #2600 OTE. PARQUE IND. PROMOFIS
GUADALUPE	4317	AV. ACAPULCO ESQ. AV.MALVINAS
GUADALUPE	4408	AV. ELOY CAVAZOS #3810
GUADALUPE	4472	RAYÓN #401
GUADALUPE	4509	AV. BENITO JUÁREZ #3600
GUADALUPE	4606	AV. LÁZARO CÁRDENAS #100
GUADALUPE	4949	CARR. A DULCES NOMBRES #221
GUADALUPE	5448	AV. BENITO JUÁREZ #4320
GUADALUPE	5830	KM 3 PROL. RUIZ CORTINES
GUADALUPE	5846	AV. RUIZ CORTINES #320 OTE. ESQ. ANÁHUAC
GUADALUPE	5920	AV. RUIZ CORTINEZ #360
GUADALUPE	6151	AV. RUIZ CORTINES #600
GUADALUPE	6389	AV. ACAPULCO #400
GUADALUPE	6424	AV. MORONES PRIETO #3200 ENTRE 5 DE MAYO Y AV. AZTE
GUADALUPE	6439	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #301
GUADALUPE	6626	CARR. A REYNOSA #101
GUADALUPE	6935	BLVD. MIGUEL DE LA MADRID #5880
GUADALUPE	7091	AV. ELOY CAVAZOS #7841
GUADALUPE	7094	AV. BENITO JUÁREZ #628
GUADALUPE	7436	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #1002-A
GUADALUPE	7457	AV. CHAPULTEPEC #180
GUADALUPE	7732	AV. SAN RAFAEL #96
GUADALUPE	7791	AV. MÉXICO #7601
GUADALUPE	7874	AUTOPISTA MONTERREY-CADEREYTA #1310
GUADALUPE	8082	JARDINES DE LA SILLA #301
GUADALUPE	8220	AV. PABLO LIVAS #2520
GUADALUPE	8381	AV. RUIZ CORTINES #1400-A
GUADALUPE	8452	AV. MIGUEL ALEMÁN #6064 OTE.
GUADALUPE	8529	KM 23 LIBRAMIENTO JUÁREZ-CADEREYTA
GUADALUPE	8568	AV. ELOY CAVAZOS #2748
GUADALUPE	8779	AV. MIGUEL DE LA MADRID #1321
GUADALUPE	8974	AV. ACAPULCO #161
GUADALUPE	9055	AV. CONSTITUYENTES DE NUEVO LEÓN #103
GUADALUPE	9142	CAMINO A LAS ESCOBAS #1614-A
GUADALUPE	9379	AV. MIGUEL ALEMÁN #5391-A
GUADALUPE	9488	AV. ELOY CAVAZOS #7840-1
GUADALUPE	9604	AV. ELOY CAVAZOS #7890
GUADALUPE	9728	AV. BENITO JUÁREZ S/N
GUADALUPE	9968	AV. CHAPULTEPEC #2700
GUADALUPE	10029	AV. BENITO JUÁREZ S/N ESQ. AV. DEL FEDERALISMO
GUADALUPE	10114	AV. ACUEDUCTO #300
GUADALUPE	10227	AV. LÓPEZ MATEOS #1501
GUADALUPE	10834	MAESTRO ISRAEL CAVAZOS GARZA #125
GUADALUPE	11020	AV. CHAPULTEPEC #810
GUADALUPE	11058	AV. RUIZ CORTINES #2001
GUADALUPE	11136	AV. BENITO JUÁREZ #5451
GUADALUPE	11181	CARR. MONTERREY-REYNOSA #5480
LINARES	1994	AV. HIDALGO #300 ESQ. VENUSTIANO CARRANZA
LINARES	5421	AV. PROTACIO RODRÍGUEZ #101
LINARES	5612	AV. HIDALGO #803 NORTE
LINARES	8700	AV. HIDALGO NO.985-A ENTRE LIBRAM. MONTERREY-VICTORIA
LINARES	10536	LAS AMÉRICAS #480
LOS RAMONES	3225	KM 68 CARR. MONTERREY-REYNOSA
LOS RAMONES	10170	KM 64 CARR. MONTERREY-CHINA
MONTEMORELOS	1997	AV. CARLOS CANTÚ #704 PTE.
MONTEMORELOS	2093	CAPITÁN ALONSO DE LEÓN SUR #500
MONTEMORELOS	2828	CARR. MONTEMORELOS-GRAL. TERÁN Y AV. EMPACADORES
MONTEMORELOS	9473	KM 214.5 CARR. NACIONAL MONTERREY-ALLENDE
MONTEMORELOS	9873	LIBERTAD #900
MONTEMORELOS	10654	KM 19.87 CARR. CDA. VICTORIA-MONTERREY
MONTERREY	1999	AV. ALFONSO REYES #2420
MONTERREY	3678	AV. REVOLUCIÓN SUR #3401
MONTERREY	3893	BERNARDO REYES NORTE #3605
MONTERREY	4412	AV. NO REELECCIÓN #5521 CRUZ CON VALLE DEL NOG
MONTERREY	4458	AV. RUIZ CORTINES #550
MONTERREY	4586	VENUSTIANO CARRANZA ESQ. PADRE MIER
MONTERREY	50352	AV. ALFONSO REYES #34090 NORTE
MONTERREY	5269	PASEO DE LOS LEONES #300
MONTERREY	7003	AV. ALFONSO REYES #3500
MONTERREY	8624	AV. REVOLUCIÓN #3941
MONTERREY	9597	TAPIA OTE. #1116
MONTERREY	10409	AV. PASEO DE LOS LEONES #1239
PESQUERÍA	4264	KM 0.80 CARR. MIGUEL ALEMÁN-PESQUERÍA
SABINAS HIDALGO	2015	KM 1089 CARR. MÉXICO-LAREDO
SABINAS HIDALGO	3790	KM 78 CARR. NACIONAL MONTERREY-LAREDO
SABINAS HIDALGO	3895	AV. NIÑOS HÉROES Y CALLE GUILLERMO PRIETO
SABINAS HIDALGO	5160	CALLE MINA #400
SABINAS HIDALGO	7391	CARR. NACIONAL MÉXICO-LAREDO #590
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	2534	CARR. A LAREDO Y R. TREVIÑO #915
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	2697	AV. CD DE LOS ÁNGELES #1000
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	3397	AV. SANTO DOMINGO #101
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	3587	AV. LÓPEZ MATEOS #205
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	3738	AV. NOGALAR SUR #351
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	3934	AV. STO. DOMINGO Y AV. ARTURO B. DE LA GARZA
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4061	JORGE TREVIÑO #689
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4084	AV. FÉLIX GALVÁN Y AV. LAS TORRES #505
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4363	CARR. A CD MIGUEL ALEMÁN ESQ. CON AV. ACAPULCO
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4546	AV. NOGALAR ESQ. AV. LOS ÁNGELES
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4554	AV. UNIVERSIDAD #111
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4726	AV. FÉLIX GALVÁN #1112
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4793	AV. SENDERO NORTE #600
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4843	AV. DIEGO DÍAZ DE BERLANGA #1551

CONSUMO EN LOS ESTADOS

Municipio	Estación de servicio	Domicilio
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4884	AV. SAN NICOLÁS #110 ESQ. LA JUVENTUD
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4910	CALLE DIEGO DÍAZ DE BERLANGA #410
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4924	AV. UNIVERSIDAD #245
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	4939	AV. LÓPEZ MATEOS Y AV. CONDUCTORES
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5375	AV. FÉLIX GALVÁN ESQ. AV. LAS FLORES
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5449	AV. DIEGO DÍAZ DE BERLANGA
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5512	MANUEL L. BARRAGÁN Y FRAY BARTOLOMÉ DE LAS CASAS #200
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5669	CARR. MIGUEL ALEMÁN #300
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5722	AV. MANUEL L. BARRAGÁN #1300-A
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5766	AV. ADOLFO REYES #960 Y GRAL. B. REYES
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	5826	AV. NOGALAR #105
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	6177	AV. FÉLIX GALVÁN #990
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	6552	AV. LÓPEZ MATEOS #300
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	6704	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #1099
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	6714	AV. PERIFÉRICO ESQ. CON REPÚBLICA MEXICANA
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	6789	KM 3.7 AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	7499	AV. FÉLIX GALVÁN #600
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	8200	PORFIRIO DÍAZ ESQ. AV. ARTURO B. DE LA GARZA #615
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	8340	AV. SANTO DOMINGO #780
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	9295	AV. TELÉFONOS #1000
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	10879	CALZADA UNIÓN #230-A
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	10997	AV. MONTES BERNESES #1305
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA	11175	AV. BENITO JUÁREZ ESQ. ZONA PONIENTE #736
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	2023	AV. VASCONCELOS #1543
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	2037	RÍO SAN LORENZO #699 OTE. Y AV. GÓMEZ MARÍN
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	2038	MISSISSIPI Y TAMAZUNCHALE #301 OTE.
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	3590	KM 335 BLVD. DÍAZ ORDAZ Y AV. CORREGIDORA
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	3641	GRAL. TREVIÑO ESQ. AV. VASCONCELOS #600
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	3648	AV. LÁZARO CÁRDENAS #2517 PTE.
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	3726	AV. ROBERTO GARZA SADA #334
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	4000	AV. I. MORONES PRIETO #789 PTE. Y MORELOS
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	4974	HUMBERTO LOBO #520
SAN PEDRO GARZA GARCÍA	10107	AV. JOSÉ VASCONCELOS #667
SANTA CATARINA	2123	KM 337 BLVD. DÍAZ ORDAZ
SANTA CATARINA	2124	FIDEL VELÁZQUEZ #510 PTE.
SANTA CATARINA	2911	KM 66.5 CARR. MONTERREY-SALTILLO
SANTA CATARINA	3665	AV. CUAUHTÉMOC Y PROL. BLVD. CTM
SANTA CATARINA	4236	CALLE MANUEL ORDOÑES ENTRE TEGUCIGALPA Y MARAVILLA
SANTA CATARINA	4443	AV. IGNACIO MORONES PRIETO #117
SANTA CATARINA	4580	BLVD. DÍAZ ORDAZ #102 ESQ. PINO SUÁREZ
SANTA CATARINA	7160	AV. LUIS DONALDO COLOSIO #109
SANTA CATARINA	7788	KM 65 CARR. SALTILLO
SANTA CATARINA	8307	CARR. MONTERREY-SALTILLO #1300-1
SANTA CATARINA	9429	CARR. MONTERREY-SALTILLO #3997
SANTA CATARINA	9436	AV. MANUEL J. CLOUTHIER S/N
SANTA CATARINA	9655	CARR. MONTERREY-SALTILLO #2591
SANTA CATARINA	9982	AV. PERIMETRAL NORTE #103-A
SANTA CATARINA	10184	BLVD. GUSTAVO DÍAZ ORDAZ #118
SANTIAGO	7096	KM 424 CARR. NACIONAL #206
SANTIAGO	7485	KM 242. 712 CARR. NACIONAL ESQ. ALFONSO MTZ. D.
SANTIAGO	10572	MIGUEL HIDALGO #840
SANTIAGO	10818	CAMINO A LA PRESA DE LA BOCA #328

El Sol sale para todos:

Energía limpia, ilimitada y gratuita

Los adelantos tecnológicos permiten aprovechar al astro rey ya no sólo durante el día, pues podemos almacenar su luz para satisfacer prácticamente todas nuestras necesidades de energía.

Lo escuchamos en todos los medios: los combustibles fósiles (petróleo, gas, carbón) no son infinitos y se agotarán en un momento dado, simplemente porque son recursos no renovables. Ni hablar de los problemas de contaminación que padecemos por haber hecho del petróleo nuestra principal y, a veces, única alternativa energética.

Por fortuna, el panorama a futuro no tiene por qué ser gris, pues abundan energías renovables prácticamente inagotables (a menos de que se acabe el mundo, claro está). Su aprovechamiento es técnicamente viable y, quizá, lo mejor de todo: sus efectos en detrimento del medio ambiente son mínimos o nulos, además de que son más económicas.

Hay varias maneras de producir luz y/o calor a partir de recursos renovables. Una de las más conocidas es la energía solar, la cual se genera a 149 mil 600 millones de kilómetros de la Tierra, en el astro rey. Justo en el centro de nuestra estrella se lleva a cabo una incesante y formidable reacción termonuclear que produce energía en forma de radiación, la cual se va transfiriendo a la superficie a través de ciertos fenómenos electromagnéticos. La energía solar que nos llega a la Tierra es radiada desde la parte más externa del Sol, llamada fotosfera, a una razón de 66 mW/m² (imagínate: la capacidad de alimentar 66 millones de focos incandescentes de 100 watts sólo en un metro cuadrado). Sorprendente, ¿no?

El **primer uso** general que se le dio a los paneles solares fue en **1957**, en el **Sputnik 1**, el **primer satélite** que fue enviado al espacio

Para más información sobre los beneficios de este tipo de tecnologías llama a CFE, a la Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía (Conuee) o a la Asociación Nacional de Energía Solar (ANES). Descubre más sobre los créditos verdes que otorgan Infonavit y Fovissste.

Para que te des una idea de la cantidad de energía solar que alcanza a la Tierra, de utilizarse en su totalidad sería suficiente para satisfacer 5 mil veces el consumo total mundial de energía –el cual es de 16 terawatts al año, es decir, 16 billones de watts.

Aunque lentamente, a nivel nacional vamos avanzando en el uso de ecotecnologías que emplean esta formidable fuente de energía. ¿Conoces cuáles son?

1. Sistemas fotovoltaicos

Su fin es producir electricidad. Funcionan por un proceso a través del cual los fotones (partículas de luz provenientes del Sol) son convertidos en corriente alterna sin ninguna intermediación. Los dispositivos en los que se lleva a cabo la transformación de luz solar en electricidad se llaman generadores fotovoltaicos (o celdas solares) que, al conectarse en serie, conforman los paneles fotovoltaicos. En México, estas instalaciones se utilizan bajo dos modalidades:

- Interconectada a la red de **CFE**. Utilizas la electricidad que produce tu sistema, la cual es registrada en tu medidor, de manera que si no es suficiente para tu consumo, **CFE** te provee lo que falte, cargándolo a tu recibo. Pero si te sobra, esta energía queda registrada en favor tuyo y puedes solicitarla en el transcurso del año, así puedes reducir el pago de tu recibo de luz hasta en un 100%.

- Con baterías. Cuando el inmueble se encuentra en alguna zona remota a la que no llegue la red de **CFE**, es necesario instalar baterías de almacenamiento para acumular la energía producida durante el día y hacer uso de ella también por las noches.

2. Sistemas fototérmicos

Se utilizan para calentar agua, aunque existen sistemas de calefacción e industriales para secado, y hasta estufas con esta ecotecnología.

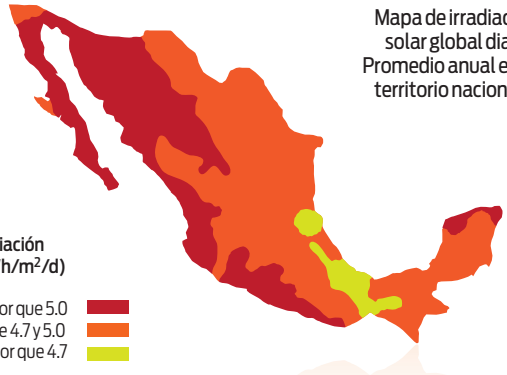
Estos sistemas, también denominados termosolares, convierten la luz solar en calor sobre superficies que transfieren y almacenan dicha energía (en tubos de vacío o láminas oscuras, en los llamados de cama plana). Estos dispositivos calientan el agua que luego se almacena en un tanque adyacente.

El mantenimiento de estos aparatos es muy sencillo, basta limpiar con agua el polvo que se les vaya acumulando. Tal vez el único inconveniente es que requieren un espacio expuesto al Sol para instalarlos (que usualmente es el techo del inmueble, aunque también se pueden colocar en patios), lo que dificulta su uso en edificios verticales.

Los hijos del Sol

La ubicación geográfica de México es ideal para el aprovechamiento de la energía solar, pues la irradiación global media en el territorio nacional es de alrededor de 5.5 kWh/m² al día, lo que nos coloca en los primeros lugares en el mundo[1]. Alemania, país que lleva la vanguardia mundial en aprovechamiento de la energía solar, recibe sólo 2.9 kWh/m² diarios, en promedio.

La cantidad de insolación (radiación solar que calienta la superficie terrestre) depende de qué tan despejado o nublado esté el cielo en cada región, y en cada época del año.



Mapa de irradiación solar global diaria. Promedio anual en el territorio nacional.*

[1]Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía (Conuee).

* Como ves, los estados del norte, que, además, son los que más gastan en electricidad en verano por el uso del aire acondicionado, son los que mayor provecho pueden sacar de un sistema fotovoltaico.

Su costo

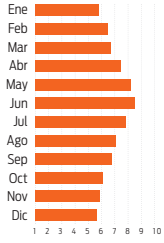
Evidentemente varía según el tamaño y la capacidad requerida, aparte de que existen opciones muy diversas en el mercado que te ofrecen beneficios adicionales y que incrementan el costo de estos sistemas.

- **Fotovoltaicos:** desde **10 mil pesos** para una vivienda de interés social, hasta más de **150 mil** para residencias de lujo.
- **Termosolares:** para una vivienda de cuatro habitantes, su precio inicia desde **5 mil pesos**, mientras que un calentador de paso con la misma capacidad cuesta **3 mil 500**, pero consume gas.

¿Vale la pena invertir?

Por supuesto que sí. En primer lugar, el planeta te lo agradecerá; pero, además, aunque requiere una inversión inicial que no estaría contemplada si decidieras proveerte sólo por la energía de corriente, o que sería menor si usaras un calentador de agua a gas, estamos hablando de tecnologías con una **vida útil de hasta 50 años** y cuya fuente de alimentación es **totalmente gratuita**. La inversión se compensa en un lapso de tres a cinco años y, a partir de entonces, no pagas por tener luz ni agua caliente.

Aquí puedes ver el promedio mensual histórico de irradiación solar que recibe el territorio nacional.
(en valores en kWh/m²/d)



Fuente: Sener, con información de Conuee.

Seguramente tú ya has utilizado un panel solar: ¿recuerdas las calculadoras solares?

Entrevistas:
· Moisés Sevilla, director general de Universe of Energy.
· José Montejaro, promotor de ventas de Calentadores Bicentenario.

Fuentes:
· Ahorrodeenergiaeficaz's Blog. "Energías renovables: la energía solar fototérmica". Recuperado el 5 de octubre de 2012 de http://ahorrodeenergiaeficaz.wordpress.com/2011/04/25/energias-renovables-la-energia-solar-fototermica/
· Jiménez Olmos, Rosa Ma. (2007). "Energía solar: estado actual en México". Comisión Nacional para el Ahorro de Energía. Recuperado el 5 de octubre de 2012 de http://www2.ine.gob.mx/descargas/cclimatico/taller_ener_ren_08.pdf
· Secretaría de Energía. (2011). *Prospectiva de energías renovables 2011-2025*. México: Secretaría de Energía.

Espacio Lúdico

PEQUEÑOS CONSUMIDORES

En colaboración con Profeco, el MIDE incursiona en la Educación para el Consumo

A través de múltiples y divertidas actividades, los pequeños consumidores podrán identificar las consecuencias individuales, sociales y medioambientales de sus decisiones de consumo. Aunque este espacio está enfocado a niños y niñas de entre 7 y 12 años, pueden participar jóvenes y adultos.

Súmate a la promoción de una cultura de consumo responsable. Trae a tus hijos a que aprendan jugando.

mide® MUSEO INTERACTIVO DE ECONOMÍA

Profeco

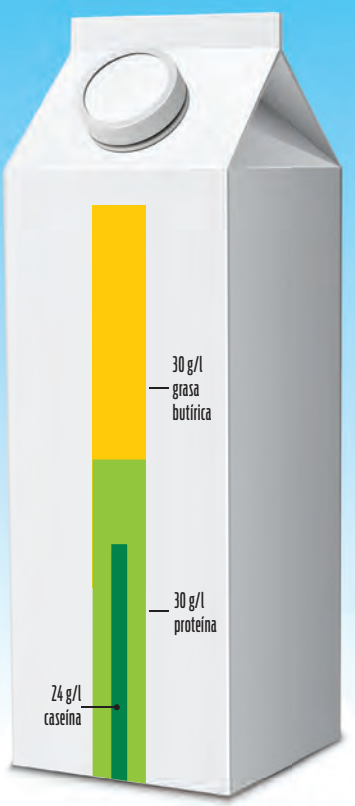
MUSEO INTERACTIVO DE ECONOMÍA

Informes y reservaciones al (55)51304300 ext 781 y atencion.publico@mide.org.mx

Abierto del 26 de septiembre de 2012 al 26 de enero de 2013,
de martes a domingo de 9:00 AM a 6:00 PM.
Tacuba 17, Centro Histórico.

Ser o no ser leche, he ahí el dilema

Comprar leche ya no tiene por qué ser un drama. Gracias a la reciente entrada en vigor de tres nuevas normas oficiales, ahora será más fácil distinguir entre la leche y otros productos que, aunque parecidos, no lo son.



Leche entera

¿Alguna vez te has preguntado si la leche que compras en el supermercado es realmente leche? La pregunta no es ociosa. Si examinas detenidamente el empaque, quizá te des cuenta de que en realidad estás bebiendo un producto lácteo, un producto lácteo combinado o una mezcla de leche con grasa vegetal; bebidas que, aunque son muy parecidas, poseen menor cantidad de nutrientes.

Debido a que no existen diferencias físicas visibles, los consumidores muchas veces basamos nuestra decisión de compra en las leyendas e imágenes que contienen los empaques, dando por sentado que es leche si tiene ilustraciones de vacas pastando o vasos espumeantes. Pero, como reza el dicho, "no todo lo que brilla es oro", y seguramente en más de una ocasión te has llevado un chasco.

Sin embargo, a partir del pasado 30 de octubre, este drama de anaquel no volverá a suceder. Gracias a la entrada en vigor de tres nuevas Normas Oficiales Mexicanas (NOM), los consumidores tendremos más elementos para poder diferenciar estos productos entre sí y ejercer nuestra libertad de consumo sin imágenes o frases que pueden resultarnos engañosas.

¿Productos que no son leche?

Seguramente los nombres "producto lácteo combinado", "producto lácteo" y "mezcla de leche con grasa vegetal" te hacen pensar en toda clase de derivados que no guardan ninguna semejanza con la leche. Tienen diferencias, y aunque comparten muchos de los nutrientes, el contenido proteico no es el mismo.

LECHE

Para que un producto pueda ser considerado como leche, debe ser extraído de las glándulas mamarias de las vacas y no debe contener calostro. Asimismo, debe contener, al menos, 30 gramos por litro de proteínas propias de la leche (como la caseína y los lactosueros). De estos 30 gramos, al menos el 80% (24 gramos) debe ser de caseína. El tipo de grasa debe ser butírica –la grasa propia de la leche.

PRODUCTO LÁCTEO

Se elabora a partir de los ingredientes básicos de la leche, como caseína, grasa, suero, etcétera. Sin embargo, contiene un mínimo de 22 gramos por litro de proteínas propias de la leche; de los cuales al menos el 80% (17.6 gramos) debe corresponder a la caseína. Además, puede contener grasas de origen vegetal.

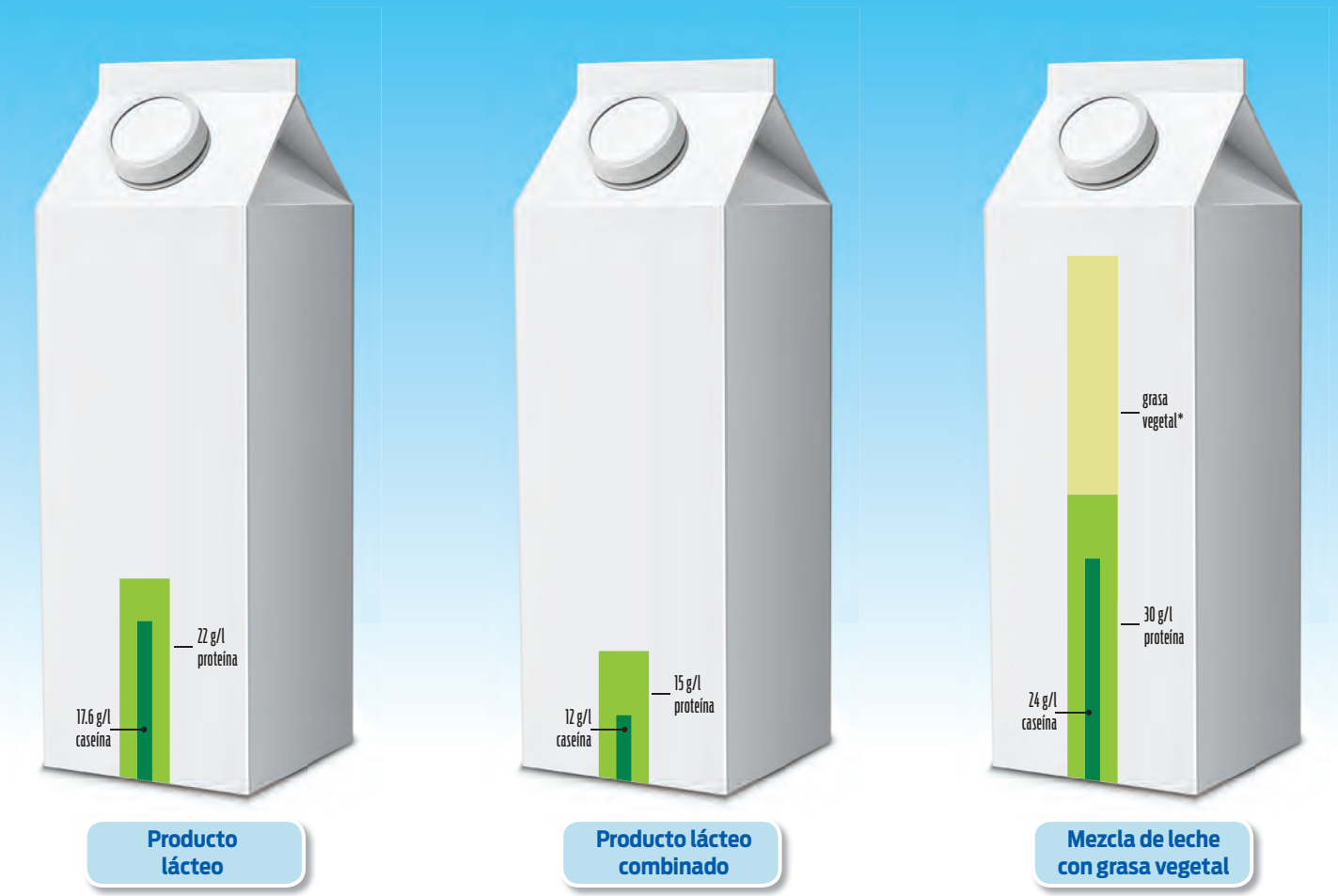
PRODUCTO LÁCTEO COMBINADO

Se elabora a partir de sólidos lácteos, grasa (butírica o vegetal) y otros in-

NORMATIVIDAD

Los cuatro productos que se mencionan en este artículo están regulados por la siguiente normatividad:

- **NOM-155-SCFI-2012** Leche-Denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba.
- **NOM-183-SCFI-2012** Producto lácteo y Producto lácteo combinado-Denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba.
- **NOM-190-SCFI-2012** Mezcla de leche con grasa vegetal-Denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba.
- Ley General de Salud.
- Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.
- Apéndice del Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.



* La cantidad de grasa vegetal en estos productos puede variar. Viene declarada en el etiquetado.

gredientes. Su contenido de proteínas propias de la leche es de –al menos– 15 gramos por litro, de los cuales 12 gramos (el 80%) deben ser de caseína.

MEZCLA DE LECHE CON GRASA VEGETAL

Se trata de un producto elaborado a partir de la leche, en el que se sustituye la mayor parte de la grasa butírica por grasa vegetal comestible. Sin embargo, su contenido de proteínas y caseína debe ser similar al de la leche; es decir, 30 gramos por litro de proteínas, del cual al menos 80% debe ser caseína (24 gramos).

Fíjate bien

Como puedes ver, tanto el producto lácteo como el producto lácteo combinado poseen menos proteínas que la leche, mientras que la mezcla contiene las mismas que la leche. Para que sepas qué estás comprando, las normas oficiales NOM-155-SCFI-2012 para leche, NOM-190-SCFI-2012 para mezcla de leche y grasa vegetal, y NOM-183-SCFI-2012 para producto lácteo y producto lácteo combinado definen que:

LECHE

Sólo podrán anunciarse como tal los empaques de productos que cumplan con los contenidos que establece la norma.

PRODUCTO LÁCTEO Y PRODUCTO LÁCTEO COMBINADO

Los empaques de estos bienes deben contener de forma clara y visible su denominación según los requerimientos establecidos en la ley. Su denominación comercial debe aparecer en el envase con un tamaño por lo menos 25% mayor al que expresa el contenido neto. De igual manera, deberá incluir la declaración de la cantidad de leche que contiene, imprimiendo la frase siguiente de forma exacta:

"Este producto contiene ____ % de leche."

MEZCLA DE LECHE CON GRASA VEGETAL

Antes de la entrada en vigencia de la norma NOM-190-SCFI-2012, esta clase de productos se conocía como "leche con grasa vegetal". A partir de la entrada en vigor sólo los conoceremos como "mezcla de leche con grasa vegetal", y encontraremos la siguiente leyenda de forma literal:

"Este producto contiene ____ % de leche."

Con estas nuevas normas podremos distinguir mejor entre los productos que ofrece el mercado, pues cada uno de ellos representa distintos beneficios para nosotros.

Mestizaje de la olla y el caldero:

Cocina mexicana, herencia para el mundo

Nuestro invaluable tesoro gastronómico es fruto de siglos de sincretismo cultural entre el Nuevo y el Viejo Mundo, y de la creatividad e ingenio principalmente femeninos. Conocer la gastronomía de una nación es conocer su cultura. Por eso, cada vez que nos comemos un taquito de maciza o un sofisticado chile en nogada, estamos disfrutando a México.

La cocina mexicana cumple dos años de haber obtenido el reconocimiento como Patrimonio Cultural Inmaterial, por parte de Unesco. Así, se reconoce el valor simbólico y ritual de la gastronomía nacional, parte fundamental de nuestra identidad cultural.

Quén sabe a quién se le ocurrió preparar la primera tortilla o la primera salsa, lo que sí sabemos es que desde antes de la Conquista nuestros antepasados ya poseían una dieta equilibrada de una enorme riqueza. Un mestizaje como el de la cocina mexicana solamente puede ser producto de la suma de una cultura originaria de una tierra generosa en recursos naturales, y otra que ya había sido enriquecida por muy diversas culturas y costumbres milenarias: la europea.

La cultura gastronómica mexicana es necesariamente regional: los sabores son tan plurales como nuestras regiones. En su evolución influyeron cambios materiales, sociales e ideológicos, así como las más variadas circunstancias naturales y humanas; pero hay tres ingredientes que unen a esa heterogénea riqueza gastronómica en una cocina nacional: el maíz, el chile y el frijol.

La civilización del maíz

Este prodigio de la tierra ha sido la base de la alimentación y la cultura mexicanas: los antiguos habitantes –y los de hoy– fueron "los hombres del maíz". En nuestro territorio tan diverso se desarrolló en distintas especies de variados colores, sabores y características.

El maíz se puede cultivar en casi todos los climas, altitudes y suelos. Además se cosecha pronto, se conserva fácil, y ni hace falta decirlo, es la materia prima del alimento nacional por excelencia: la tortilla.

El proceso de la nixtamalización convierte al maíz –que en realidad no es tan nutritivo sin procesar– en un alimento sano y completo mediante el simple remojo del grano con cenizas o cal, produciendo una reacción fisicoquímica que libera sus nutrientes y mejora el sabor y el aroma.

Frijol: la unión hace la fuerza

"Pan de los pobres", le llamaron los españoles. Al unirse con el maíz, los nutrientes de ambos se fortalecen y potencian de tal manera que proveen de proteínas y carbohidratos suficientes y balanceados. Hasta la actualidad, es guarnición y complemento de infinidad de platillos.

Existen variedades de distinto color y tamaño: negros, alubias, frijolones, bayos, pintos, pardos, garbancillos, ibes y gordos.

Y para coronar: el chile

Cuando arribaron los conquistadores creyeron haber encontrado en él la especia que había motivado su viaje a Las Indias; pronto comprendieron que se trataba de un alimento en sí mismo, indispensable en la dieta indígena, y poco a poco lo fueron integrando en sus recetas, dando origen a las cocinas mestiza y criolla, en las que desarrollaron salsas, moles, tamales, chiles rellenos, y además, crearon con él conservas, escabeches y hasta mermeladas y dulces.

El chile es el encargado de dar carácter, color, sabor, colorido y acento a nuestros platillos. Cada variedad ofrece sabores distintos según sea fresco o deshidratado, o dependiendo de su estado de maduración. El sabor del chile se concentra en su piel, mientras que el picante lo hace en su placenta y venas.

Cabe mencionar que todos los chiles mexicanos, con excepción del habanero y el manzano, descienden del piquín en sus tres tamaños.

La fórmula para la autenticidad

Estos **ingredientes**, algunos prehispánicos, otros traídos del Nuevo Mundo, son el toque que distingue nuestro sabor:

Mole prehispánico

Técnica: asado de los ingredientes, que luego eran molidos en molcajete.

Ingredientes:

- Chiles frescos y secos
- Tomate verde y rojo
- Epazote
- Aromáticos y sal
- Cacahuate y pepita de calabaza

Mole mexicano

Técnica: los europeos introdujeron el batido, así como el empleo de grasas y de caldos, abriendo el abanico de sabores y texturas.

- Ajo
- Cebolla
- Especias aromáticas
- Grasa
- Fruta fresca
- Frutos secos aceitosos
- Chocolate

El mole, platillo nacional

Sin duda, el **platillo** mexicano más **conocido** en el **mundo** es el **mole**. Muchos se disputan la autoría de su receta original, pero lo cierto es que se trata de un **invento colectivo** que se ha perfeccionado a través de los siglos. El ***mulli*** ya se servía en las mesas imperiales de los predecesores de **Moctezuma**; así se llamaba a las **salsas** mezcla de chile, semillas y especias. Sin embargo, es indudable que la manera en que este plato **evolucionó** con los **ingredientes** del Viejo Continente en lo que hoy es el **mole**, lo llevó al nivel de la más **alta** cocina. Hoy este platillo puede llevar hasta **70 ingredientes**: **¡un derroche de sabor!**

Acidificantes

- Jamaica
- Limón
- Lima
- Mango verde
- Tamarindo
- Tomate verde (tomatillo)
- Vinagre de caña y de piña
- Xoconostle

Amargos

- Cáscaras de cítricos
- Cacao

Colorantes y aromatizantes

- Achiote
- Azafrancillo
- Cempasúchil
- Cilantro
- Epazote
- Grana cochinilla
- Huitlacoche
- Vainilla

Endulzantes

- Aguamiel
- Azúcar mascabado
- Caña de azúcar
- Jarabe de maíz
- Jugo de caña
- Melaza
- Piloncillo

Envolturas

- Acelga
- Cutícula de maíz
- Espinaca

Hojas de:

- Aguacate
- Planta de maíz
- Plátano
- Fresca de elote
- Seca de elote

Espesantes

- Ajonjolí
- Amaranto
- Cacahuate
- Camote
- Frijol
- Granos de elote fresco
- Harina de maíz
- Plátano macho
- Semillas de calabaza y de girasol
- Tortillas de maíz

Grasas

- Aceite de maíz
- Manteca de cerdo y vegetal

Picantes

Chiles frescos y secos y sus semillas

Salado

Tequesquite

Texturizantes

- Cal
- Ceniza

Fuentes:

- Gironella, Alicia y De Angeli, Giorgio. (2011). *Larousse de la cocina mexicana*. México: Larousse.
- Verti, Sebastián. (1991). *Tradiciones mexicanas*. México: Diana.
- Foro en Defensa del Maíz. "La importancia del maíz mexicano". Recuperado el 10 de octubre de 2012 de http://foroendefensadelmaiz.galeon.com/productos363869.html

Compras en línea

El mercado mundial bajo tus dedos

Somos consumidores. Nos guste o no, eso será siempre parte de nuestra naturaleza. Lo que sí cambia es la forma que tenemos de comprar aquello que consumimos; hoy podemos hacerlo sin movernos del asiento frente a nuestro monitor.

La red diluye barreras territoriales... Gracias al comercio electrónico, los negocios se expanden, llegando hasta el consumidor más remoto, que ahora tiene acceso a casi todo desde casi cualquier lugar, las 24 horas del día, los 365 días del año.

En México, los internautas somos ya más de 40.6 millones; de los cuales, aproximadamente 13% compra en línea. Esta forma de comprar y vender ha crecido considerablemente cada año. Tan sólo en 2011, el comercio en línea produjo alrededor de 47 millones de pesos en nuestro país. Aunque la cifra suene alta, la verdad es que los mexicanos todavía compramos poco por este medio. Y ello se debe a diversos factores:

- Para estas transacciones suele pedirse tarjeta de crédito, cuando 18 millones de usuarios sólo cuentan con una de débito, la cual se acepta en muy pocos sitios.
- En México, 40% de las compras se hace con tarjeta de crédito, 17% por transferencia bancaria, y el resto, con otras formas de pago que implican que el consumidor se traslade a algún sitio a pagar en efectivo, lo que le resta el mayor atractivo del comercio en línea: poder comprar a cualquier hora y en dondequiera que estés, sin tener qué mover más que tus dedos.
- Todavía no se cuenta, en todos los casos, con un método de entrega que, además de cubrir hasta las zonas más remotas, sea lo suficientemente económico para que no incremente demasiado el costo del producto a entregar.
- Desconfianza. Aunque existan programas muy sofisticados para autenticar las transacciones, en el entorno virtual se tiende a perder la certeza de que la compra sea "real".

Consumo mexicano en la web

Este mes, la Asociación Mexicana de Internet, A.C. (AMIPCI) publica su informe anual, en el que muestra la situación actual del mercado electrónico mexicano. Por el momento, nos adelantó que la tendencia es la siguiente:

- Los servicios turísticos (boletos de avión y reservaciones de hotel) siguen liderando las ventas electrónicas, pero han crecido mucho los sectores de entretenimiento, de ropa y accesorios, lo que muestra que paulatinamente se ha ido perdiendo el miedo a comprar en línea.
- Las atractivas promociones y descuentos que ofrecen algunas tiendas en línea y los modelos de cuponeras que se difunden *online* han resultado un excelente incentivador del comercio electrónico.
- De 2011 a 2012, el número de internautas se incrementó 14%.

Comprar en internet es **seguro** si tomas tus **precauciones:**

1. Verifica la **legitimidad** del sitio: que la dirección URL inicie con "https".
2. Usa navegadores **actualizados** que cuenten con los últimos parches de seguridad.
3. Aunque te dé flojera, lee las **políticas** de **privacidad**, **términos** y **condiciones** de servicio del sitio, así sabrás qué se vale y qué no.
4. Si compras en tiendas fuera de México, revisa los gastos **adicionales.**
5. Busca **promociones** especiales para quienes compran vía internet.
6. Procura usar una **tarjeta** de crédito **exclusiva** para estas transacciones. Te permite llevar tus compras de forma ordenada y, si surge algún problema, sólo tendrás que verificar ese estado de cuenta.
7. Usa **distinta contraseña** para cada sitio y **cámbiala** con regularidad.
8. **Nunca** hagas transacciones electrónicas en lugares con internet **público.**

Profeco te protege también en tus transacciones electrónicas; por ello creó, en convenio con AMIPCI, el **Decálogo de los derechos mínimos de los consumidores en las transacciones efectuadas a través del uso de medios electrónicos**, en el cual se estipula que los consumidores en línea tienen derecho:

1. A ser informado y que le sean respetados los precios, tarifas, garantías, cantidades, calidades, medidas, intereses, cargos, términos, plazos, fechas, modalidades, reservaciones y demás condiciones que el proveedor hubiera ofrecido o convenido con el consumidor para la entrega del bien o servicio.
2. A que la información proporcionada al proveedor se utilice de manera confidencial y exclusivamente para el cumplimiento de los fines establecidos.
3. A que el proveedor cuente con los elementos técnicos disponibles para garantizar la seguridad del consumidor.
4. A que el proveedor proporcione, antes de celebrar la transacción, su domicilio físico, números telefónicos, horarios de atención, correo electrónico y demás medios a los que pueda acudir el propio consumidor para presentar reclamaciones o solicitar aclaraciones.
5. A que la información o publicidad que se difunda sea veraz, comprobable y exenta de descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por ser engañosas o abusivas.
6. A que previo a la contratación, el proveedor dé a conocer de manera clara, sencilla, completa y expresa, el contenido del contrato de adhesión.
7. El proveedor no podrá negar ni condicionar al consumidor la venta, adquisición, renta o suministro de bienes o servicios, cuando éstos se anuncien como disponibles.
8. A que las leyendas que restrinjan o limiten el uso del bien o el servicio se presenten en forma clara, veraz y sin ambigüedades. Asimismo, cuando se incluyan los términos "garantizado", "garantía" o cualquier otro equivalente, se precise en qué consisten, así como la forma en que el consumidor podrá hacerlas efectivas.
9. A que al consumidor no le sean prestados servicios adicionales a los originalmente contratados y que no hubieren sido solicitados o aceptados expresamente por éste.
10. A que los consumidores tengan acceso a mecanismos de conciliación ágiles y gratuitos, a fin de procurar la solución expedita de las controversias derivadas de transacciones de comercio electrónico.

MONITOREO DE TIENDAS VIRTUALES

Para verificar que los proveedores en línea mexicanos cumplan con la **Ley Federal de Protección al Consumidor**, **Profeco** revisa la información contenida en los sitios con tiendas virtuales con el fin de determinar el cumplimiento de lo dispuesto en el **artículo 76 bis** de la LFPC.

Para conocer sobre los sitios monitoreados, consulta la siguiente dirección: **http://www.profeco.gob.mx/ecomercio/Ultimo_Monitoreo.pdf**

Fuentes:
· Información cortesía de la Asociación Mexicana de Internet A.C. (AMIPCI).
· Portal del Consumidor. (21 de septiembre de 2012). "Decálogo de los derechos mínimos de los consumidores en las transacciones efectuadas a través del uso de medios electrónicos". Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://www.consumidor.gob.mx/wordpress/?p=11743
· Procuraduría Federal del Consumidor. "Comunicado 86. Profeco y AMIPCI firman convenio para proteger los derechos de los consumidores de servicios vía internet". (25 de septiembre de 2012). Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://www.profeco.gob.mx/prensa/prensa12/septiembre12/bol86.asp
· Braeverman, Mauricio. (Octubre de 2012). "Retos y oportunidades del comercio electrónico en México". Ponencia dictada durante la Segunda Semana Nacional de Políticas Pro Consumidor.

salud infantil

Dra. Beatriz Sepúlveda López

Terrores nocturnos infantiles

¿Por qué mi hijo se despierta en la noche gritando y alterado? Los terrores nocturnos infantiles es uno de los trastornos del sueño más frecuentes en la infancia. Los niños no recuerdan qué pasó o qué fue lo que soñaron, incluso pueden permanecer con los ojos abiertos por varios minutos y realmente estar dormidos.

suscríbete

www.ganarsalud.com

Aprovecha la **suscripción anual** y obtén **2 meses más**

¡GRATIS!

Sólo $300.00 pesos

GanarSalud

La revista que te cuida

Pediatría • Adolescentes • Salud para Él y Ella • En Plenitud • Nutrición
Salud Mental • Sexualidad • Del Siglo XXI • Medicina del Deporte y **¡Mucho Más!**

¡Suscríbete ya!: 5515 3825 ó 5515 3818, suscribete@ganarsalud.com

Sácale jugo a los descuentos

sin exprimir tu presupuesto

¿Oferta es sinónimo de ahorro? No necesariamente.

El Buen Fin es la temporada de rebajas más importante del año, y está a la vuelta de la esquina (del 16 al 19 de noviembre). Sin embargo, ¿te has preguntado si todas las ofertas y promociones son sinónimo de ahorro? No necesariamente, y vale decir que muchos de nosotros hemos aprendido esta respuesta "a la mala".

Porcentajes de descuento, devolución del IVA, dinero electrónico, ofertas agrupadas del tipo "compra esto y llévate esto otro", de bloque –como el famoso "2 por el precio de 1" (o 3 x 2)–, entre muchas otras, nos ponen a los consumidores en un verdadero dilema: ¿me lo llevo o no?

Y no es para menos, saber si algo nos conviene o no es más difícil de lo que parece. Las rebajas y otras promociones pueden ser una buena forma de adquirir bienes a los que de otra forma no podríamos aspirar; no obstante, también pueden convertirse en un auténtico descalabro financiero.

¿Sabes cómo identificar cuando una oferta o promoción te conviene? En este artículo te explicamos cómo funcionan y te damos algunas herramientas para que puedas sacarles provecho (o "la vuelta", si es necesario).

De "oportunidades únicas", rebajas y otros demonios

El concepto de oferta es muy sencillo. Se trata de la venta de un producto rebajado de precio, lo cual representaría pagar una menor cantidad de dinero por un mismo producto que en condiciones normales costaría más.

Sin embargo, a pesar de la sencillez de la definición y de que todos estamos habituados a verlas constantemente en el mercado, muchas veces nos quedamos con la duda de si estamos aprovechando una "oportunidad" o si en realidad sólo nos estamos generando gastos innecesarios. Para tomar una mejor decisión es necesario conocerlas más a fondo.

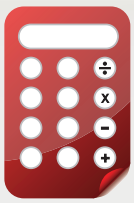
Promociones para pagar menos

¿De qué se trata?

Es una de las ofertas más sencillas. A las que más estamos habituados son a las de porcentajes de descuento que se le restan al precio final del artículo.

Ejemplo

Si el precio del bien es de 200 pesos y el descuento que nos hacen es de 25%, sólo tendríamos que pagar 150 pesos, por lo que el artículo en cuestión, gracias al descuento, hará que paguemos 50 pesos menos que si lo hubiéramos adquirido fuera de oferta.



Cómo calcularlo

Puedes saber qué cantidad vas a pagar, utilizando operaciones sencillas. Lo primero que hay que hacer es, a 100 (siempre será 100, independientemente del valor del producto), restarle el porcentaje de descuento que te ofrecen. En el caso del ejemplo:

100 – 25 = 75

El resultado de esta operación se divide entre **100** (es muy fácil, sólo recorre el punto decimal dos espacios a la izquierda): **75 / 100 = .75**

Este resultado se multiplica por el valor total del producto: **200 x .75 = 150**

En qué fijarte

Como bien sabes, en México estamos inmersos en una economía de libre mercado; esto significa que cada proveedor puede fijar el precio de sus productos en el monto que considere adecuado, no el gobierno.

Es por esto que encontramos lugares que ofrecen el mismo producto a un menor precio, pues algunos justifican tener un precio mayor debido a la atención, ubicación, instalaciones, capacitación de vendedores, comodidades del inmueble, entre otras razones.

Estas variaciones en el precio hacen que productos iguales, con iguales porcentajes de descuento –o sin ellos–, tengan distintos precios finales. Por ejemplo, si un mismo producto cuesta 100 pesos en la tienda A, y en la tienda B tiene un costo de 150 pesos, pero con un descuento de 20%, sigue siendo mejor comprarlo en la tienda A, pues al realizar las operaciones correspondientes tenemos:

100 – 20 = 80 (100 – descuento)
80 / 100 = .80
.80 x 150 = 120 (.80 x precio)

En este ejemplo podemos ver muy claramente cómo en la tienda A, a pesar de que no se tenía ninguna promoción, el precio final, que es lo que vamos a pagar, es menor que en la tienda B, donde se ofrecía un 20% de descuento.

Por eso, es importante no dejarse llevar por las ofertas sin antes comparar los precios. En el mercado nacional encontramos tiendas que tienen promociones y descuentos de forma permanente. En estos casos es donde más alertas debemos estar, ya que, por lo general, lo que han hecho estos proveedores es elevar el precio para después generar interés en sus productos a partir de ofertas y promociones.

Ten cuidado

Si ya tenías programado adquirir algún producto y lo hallaste con alguna oferta o descuento, ¡felicidades!, estás generando un ahorro. Pero, por el contrario, comprar artículos más baratos, que no te son necesarios o que no tenías planeado adquirir, no es un ahorro, sino un gasto, y así es como debes de considerarlo.

No te confundas

El famoso "Llévelo, llévelo al 2 x 1" (o 3 x 2), o promociones por el estilo, no son un descuento, ya que si bien al final pagarás cada producto a un menor costo, tendrás que comprar o tener más artículos de los que quizá quieras. Estas promociones son útiles cuando ya tenías contemplado comprar la totalidad de productos que te van a dar o que consumes regularmente y que, además de almacenarlos, no se echarán a perder.

Para que este Buen Fin no termine mal, denuncia cualquier irregularidad que se presente. Puedes hacerlo en nuestras cuentas de Twitter @profeco y @profeco2 o al **Teléfono del Consumidor**, al 5568 8722 desde el DF y Área Metropolitana, o al 01 800 468 8722 desde cualquier parte de la República. También puedes hacerlo en línea, en **telefonodelconsumidor.gob.mx**

Otro tipo de ofertas

GANAPUNTOS

Monederos electrónicos y otra clase de abonos

A pesar de que, en términos generales, los programas de lealtad nos benefician, es importante tener en cuenta que su uso está condicionado a que la compra, acumulación de puntos o cualquier mecanismo de este tipo, se lleve a cabo en la misma cadena o tienda.

Si tienes pensado realizar varias compras en la misma tienda y estos programas ayudan a que después de la primera compra el resto sea más barato, estás haciendo un buen uso de estos instrumentos. Por el contrario, si estos abonos hacen que compres cosas que no tenías programadas, o que tu gasto aumente para completar la diferencia con algún otro producto, al final del día estarás gastando más y afectando a tu economía.

Rifas, sorteos y demás

Las tiendas tratan de generar incentivos para que consumas, otorgando acceso a rifas o sorteos en la compra de determinados montos o cantidad de productos. Nuevamente, si tus compras ya estaban planeadas, comparaste precios, calidad, y la mejor opción de compra te da este tipo de extra, tendrás la oportunidad de ganar lo que se esté sorteando.

Si, por el contrario, sólo compras con el objeto de tener acceso a la rifa, evalúa si es el mejor sorteo o juego de azar en el que puedes participar por el monto gastado.

Promociones de tiempo

¿De qué se trata?

Un principio financiero dice que el dinero vale más hoy que mañana. Esto se debe a distintas circunstancias, como las tasas de interés, la inflación, entre otras tantas que no es necesario entrar a describir en este artículo.

En este principio se basan las promociones que tienen algo que ver con el tiempo; por lo que, si eres organizado, puedes sacarles ventaja. Por el contrario, si no tienes orden en tus finanzas, ten mucho cuidado, porque este tipo de promociones puede hacerte mucho daño.

Para acceder a ellas es necesario que cuentes con una tarjeta de crédito, ya que vas a usar dinero que todavía no es tuyo.

Ejemplo

La televisión que tanto deseas cuesta 12,000 pesos y está a 12 meses sin intereses. Al revisar tu cuenta del banco, observas que no te alcanza para pagarla de contado, por lo que decides aprovechar la promoción. Esto hará que, mes con mes, pagues una doceava parte de la tele.

Para calcularlo es muy sencillo, sólo es cuestión de dividir el precio total del producto entre el número de meses; así:

12,000 / 12 meses = 1,000

En qué fijarte

Antes de tomar la decisión de endeudarte por un largo periodo, tienes que considerar varias cosas:

- De cuánto será el pago mensual y si con tu nivel de ingresos y gastos puedes hacerle frente.
- Aunque muchas veces parece que es poco lo que pagaremos mes con mes, esos "paguitos" se van juntando y llegan a ser mucho dinero. Revisa cuánto debes y cuánto te falta para pagar las otras compras que hayas hecho de esta misma forma.
- Es muy común que cuando hacemos la división y vemos cuánto estaríamos pagando mensualmente, lo veamos como algo accesible y olvidemos evaluar si estamos realizando la compra por necesidad o por impulso.
- Puede ser que, en el momento de hacer la compra, tus finanzas estén listas para soportar esta carga extra, pero que a corto o mediano plazo tengas planes de comprar algún otro bien con crédito y que esta compra posponga la otra que has planeado por mucho tiempo. Por ello, no es suficiente ver si puedes hacer frente en el momento de la compra, sino que analices a largo plazo.
- Piensa que los gastos de algunos meses son mayores que los de otros. Por ejemplo, debido a las inscripciones de los hijos a la escuela, compra de útiles escolares, cumpleaños, vacaciones, etcétera, y que esos meses posiblemente entren en el periodo de compra y se juntarán con tu mensualidad.
- Cada mes que no pagues completo lo que corresponde, implicará que el costo final total del artículo que adquieras aumente, por lo que no conviene retrasarse en los pagos.
- Ten en cuenta que, según el tipo de bienes que consumas, en muchas ocasiones quizá ya estés buscando renovar el producto que adquiriste y sigas pagándolo, o simplemente estés pagando algo que ya no usas. Esto no tiene nada de malo, siempre y cuando estés consciente desde el momento de la compra que así será y que, a pesar de eso, consideras conveniente buscar estos financiamientos.

Ten cuidado

No es lo mismo meses sin intereses que pagos fijos a determinado número de meses o mensualidades. Si no dice "sin intereses" y el Costo Anual Total (CAT) no es igual a cero, el establecimiento está cobrando una comisión por financiar tu compra.

Para saber cuánto pagarías de más por diferir tus pagos, es tan simple como multiplicar la mensualidad o pago semanal, por el número de pagos que tendrás que hacer, y a eso restarle el valor del bien si lo liquidaras en una sola exhibición. Esa diferencia es lo que el establecimiento te está cobrando para que adquieras tu producto mediante financiamiento.

No te confundas

Los meses sin intereses no son un descuento, sino un financiamiento: saber usar los meses sin intereses puede hacer que compres algunas cosas antes de que logres juntar la cantidad total que cuesta el bien, pero hacerlo de forma irresponsable puede ocasionar problemas importantes en tus finanzas.

También puede ayudarte a generar ahorros, ya que si cuentas con el dinero total del bien y en vez de darlo todo con la compra lo tienes en una cuenta que te genera intereses, por más chica que sea la tasa de interés, tu dinero te estará dando rendimientos con el paso del tiempo.

Recomendaciones generales

Según el tipo de productos, las ofertas están sujetas a temporalidades. Por ejemplo, en la ropa, los cambios de temporada conllevan rebajas en las temporadas anteriores. También, en ocasiones, los aparatos electrónicos tienen descuentos cuando arriban al mercado nuevos productos con mejoras tecnológicas.

Cada mercado tiene sus costumbres y formas de funcionar, por lo que es recomendable que evalúes qué tan próximo te encuentras de estos tiempos y qué tan necesario es el producto que desees adquirir.

Muchas personas creen que las ofertas son siempre falsas y que los proveedores de alguna forma nos engañan. Esto no es verdad ya que, a pesar de que algunos proveedores lleguen a hacerlo, en la mayoría de los casos las ofertas también tienen una utilidad para ellos, pues sirven como mecanismo de publicidad. Limpiar inventarios, abrir el espacio para las nuevas temporadas, recuperar la inversión de algún producto que no ha tenido el éxito esperado y propiciar la lealtad de los consumidores, son algunos factores que influyen para que existan promociones.

La mejor forma de comprar con o sin promociones siempre será comparando precios, calidades, haciendo un análisis de nuestros alcances financieros y evitando las compras por impulso.

Tal cantidad de información llega a generar confusiones, sobre todo cuando aprovechamos o dejamos pasar alguna promoción u oferta especial, o nos sorprendemos de que, aunque siempre compramos las cosas en oferta, no podemos pagar la tarjeta de crédito. Por ello, tómalo con calma y con cabeza fría, evalúa las opciones sin perder de vista el presupuesto con el que cuentas.

Calaveritas de azúcar glas

Tiempo de preparación: 40 minutos Caducidad: 6 meses Rendimiento: 250 gramos

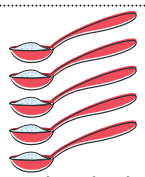
INGREDIENTES

Una cucharada de miel de maíz

½ cucharadita de vainilla

1 clara de huevo

2 tazas de azúcar glas

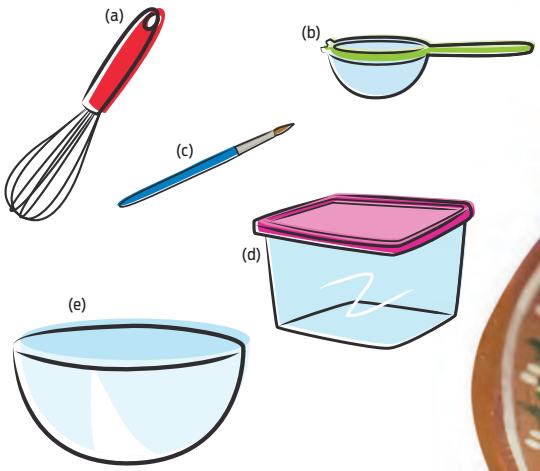

5 cucharadas de fécula de maíz

Colorantes vegetales comestibles*

* Se consiguen en tiendas de materias primas y tiendas de autoservicio.

UTENSILIOS

(a) Batidor de globo, (b) colador de orificio fino, (c) pincel, (d) recipiente de plástico con tapa hermética, y (e) tazón de vidrio de un litro.



En todas las **Tecnologías Domésticas Profeco** se consideran las siguientes equivalencias: **1 cucharada** (TBS: tablespoon) = 15 ml, **1 cucharadita** (teaspoon) = 5 ml y **1 taza** = 250 ml

1

Mezcla la miel, la vainilla y la clara de huevo en el tazón, agitando suavemente con el batidor de globo.

2

Sobre la mezcla anterior, cierne el azúcar glas con ayuda del colador. Revuelve y después amasa con las manos hasta formar una bola.

¿DE DÓNDE VIENEN LAS CALACAS?

La historia de las calaveritas de dulce (también llamadas "de alfeñique") hunde sus raíces más profundas en el periodo prehispánico, cuando se asociaba a los cráneos humanos con el culto a deidades como Mictecacíhuatl (la "dama de la muerte"), encargada de presidir los festivales realizados en honor a la muerte durante el mes de agosto.

Con la llegada de los españoles y la consiguiente implantación del catolicismo como religión única de la Nueva España, los evangelizadores retomaron elementos de los cultos anteriores para facilitar la conversión a la nueva doctrina. Fruto de esta amalgama es la tradicional fiesta de Día de Muertos, única en todo el mundo y en la que las calaveritas guardan un lugar especial en nuestros corazones (y estómagos).

Te invitamos a ver
Tecnología Doméstica Profeco,
un programa de televisión que se transmite todas las semanas en Revista del Consumidor TV, donde podrás descubrir secretos y consejos para elaborar productos útiles.
Consulta la programación de televisión en tu localidad.

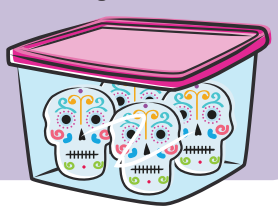
¿Quieres saber más Tecnologías Domésticas **Profeco**? Visita nuestro canal en YouTube: youtube.com/profecotv

RECOMENDACIONES

- Además de calaveritas, con la masa puedes crear otras figuras para el altar de muertos, como cruces, ataúdes, platos con comida, animales o canastas con flores.
- Con esta tecnología también puedes realizar adornos para Navidad u otras ocasiones especiales. Haz un orificio a las figuras antes de secar y podrás colgarlas de un hilo.

CONSERVACIÓN

Guarda las calaveritas en un recipiente con tapa hermética.



3

Espolvorea una mesa limpia con fécula de maíz y extiende la masa hasta que quede suave y manejable.

4

Haz una bola del tamaño de tu puño, y con tus manos, modélala hasta formar un cráneo. Puedes tomar fotos o imágenes como modelo. Cuando termines, déjalos secar sobre la mesa durante tres horas. Decóralos con los colorantes vegetales y el pincel.

Validación técnica del maestro en Ciencias Miguel Ángel Meza Vudoyra • **Ilustración:** Mónica Miranda

¿Truco o trato?

Servicios funerarios que te espantan... con engaños

Dice el dicho que "el muerto al pozo y el vivo al gozo", pero cuando se trata de gastos funerarios, ahí sí que no la gozamos. En ese momento lo que menos queremos es complicarnos con papeleos, pero para algunos proveedores es la ocasión que podrían aprovechar para vendernos servicios deficientes mediante contratos abusivos. Si quieres evitar situaciones incómodas en momentos tan difíciles, aquí te damos algunas recomendaciones antes de contratar estos servicios.

Normalmente, las decisiones de consumo requieren de una revisión crítica de nuestras opciones, pero cuando un ser querido fallece, esta situación se complica debido a que la pena que nos invade puede impedirnos tomar las mejores decisiones de compra o, por lo menos, las más informadas. Por ello, hay que ser precavidos, para que, en caso de una situación fatal, no tengamos que preocuparnos por abusos en los servicios funerarios.

En ocasiones, a pesar de que ya se tiene pagado el servicio funerario, nos encontramos con que el proveedor no cumple con él tal como lo contratamos. Podría ser que el ataúd no es lo que prometieron –está roto, el interior está sucio o no es nuevo–; que tuviéramos que pagar una prima extra al momento de requerir el servicio, bajo la sorpresiva excusa de que nuestro pago inicial no lo abarcaba "completo"; que nos quieran cobrar cargos extras por servicios que nunca solicitamos o por cuotas que no se incluían en el contrato.

Éstos son algunos de los ejemplos de molestas situaciones que pueden enfrentar los consumidores que contratan servicios funerarios, llevados por publicidad engañosa o contratos abusivos. En este artículo te advertiremos de los posibles engaños publicitarios en los que pueden incurrir algunos proveedores de este tipo de servicios.

Trampas que asustan a cualquiera

Las funerarias, al igual que todos los proveedores de bienes y servicios, están obligadas por la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) a proporcionar información o publicidad veraz, comprobable y exenta de elementos (textos, diálogos, sonidos, imágenes, marcas, denominaciones de origen, etcétera) que puedan inducir a error o confusión. Para acabar pronto, los proveedores no pueden engañarte para que consumas sus bienes o servicios; si lo hacen, pueden ser sancionados hasta por millones de pesos.

Para que lo sepas y puedas detectarla a tiempo, la publicidad engañosa o abusiva es aquella que te induce a error o confusión por la forma inexacta, falsa, exagerada, parcial, artificiosa o tendenciosa en que se presenta. Por ejemplo, un proveedor de servicios funerarios puede ofrecerte un ataúd a cierto precio con el servicio de transporte incluido, pero si no te especifica cuáles son las características del ataúd y cuántos kilómetros de distancia comprende el recorrido, podría estarte vendiendo en realidad un servicio muy limitado, de manera que acabarías pagando cuotas extras muy elevadas, y todo por omitir las especificaciones del servicio en su publicidad. Si te ofrecen una promoción, deben indicarte las condiciones y la vigencia. De no hacerlo, también podría tratarse de publicidad engañosa.

Para conocer los posibles engaños de las funerarias, **Profeco** realizó un monitoreo de publicidad en internet y detectó que algunas de ellas podrían incurrir en engaños al incluir en sus anuncios frases o elementos como los siguientes:

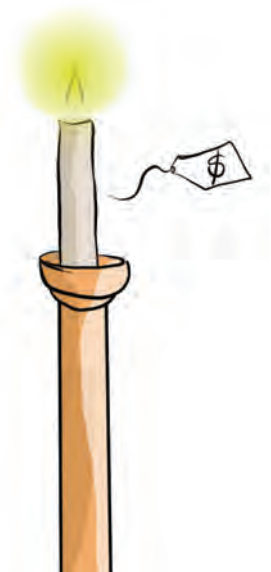
- Mencionar precios con una cantidad específica pero, al solicitar el servicio, si se requiere de forma inmediata cambia el precio a pagar, porque lo consideran como un servicio "exprés".
- Hay proveedores que ofrecen descuentos en su publicidad, pero al consultar sus servicios o paquetes en su página web o al intentar adquirir alguno de ellos, en realidad dan un descuento menor al ofrecido originalmente.
- Otros muestran la conocida leyenda "cambios sin previo aviso", que también es engañosa.

Ahora que te hemos mencionado cuáles son los ejemplos de engaños en los que podrías caer, que no te sorprendan y toma tus precauciones antes de contratar.

Contrato que ni la muerte separará

Para mayor certeza jurídica de los consumidores, los proveedores de servicios funerarios, ya sean de uso inmediato o a futuro, están obligados a registrar su contrato de adhesión ante **Profeco**, de acuerdo con la Norma Oficial Mexicana denominada **NOM-036-SCFI-2007, Prácticas comerciales – Requisitos de información en la comercialización de servicios funerarios,** estos proveedores van desde los que se dedican a la venta de ataúdes, féretros y urnas; a la recepción, preparación y traslado de cadáveres; el uso de capillas y/o equipos para la velación de los cadáveres; los servicios de inhumación, exhumación, reinhumación o cremación; los servicios de gestoría para el traslado y disposición final de los cadáveres; hasta la venta de derechos de uso de lotes o fosas de panteón, criptas, nichos u osarios por un tiempo determinado o a perpetuidad.

Si el servicio es a futuro, el contrato debe especificar, entre otras cosas, si las instalaciones en las que se prestará el servicio están construidas, en construcción o se van a edificar y, en su caso, el plazo de terminación previsto. Otro punto importante es que se debe señalar al consumidor la posibilidad de ceder o transferir los derechos sobre los servicios funerarios contratados, especificando los procedimientos a seguir y, en su caso, los cargos que se originen. Y, de acuerdo con la NOM, puedes cancelar dentro de los primeros cinco días hábiles siguientes a la firma del contrato, y el proveedor deberá devolverte íntegramente tu dinero.



DE ACUERDO CON LA **NOM-036-SCFI-2007**, LOS PROVEEDORES DE SERVICIOS FUNERARIOS ESTÁN OBLIGADOS A REGISTRAR SU CONTRATO DE ADHESIÓN ANTE **PROFECO**. ANTES DE FIRMAR EL CONTRATO, TOMA EN CUENTA LO SIGUIENTE:

1. Compara opciones, para que puedas elegir la que mejor se adapta a tu presupuesto y/o capacidad de pago.
2. Asegúrate de que su contrato está registrado, puedes consultarlo en **www.burocomercial.profeco.gob.mx**. De esta forma, tendrás la certeza de que **Profeco** lo revisó y que no contiene cláusulas abusivas. (Ojo, los registros anteriores a 2007 ya no están vigentes).
3. Antes de firmar, lee detenidamente el contrato para que conozcas tus obligaciones y tus derechos, así como los del proveedor.
4. Cerciórate de que conste por escrito en el contrato todo lo que el representante de la empresa ofreció verbalmente.
5. Una vez contratado el servicio, solicita factura, recibo o comprobante en el que consten los datos específicos del servicio contratado u operación realizada.
6. En la prestación de servicios funerarios a futuro, no debe condicionarse a la designación anticipada de usuarios ni a la designación del titular sustituto.
7. En caso de que el proveedor otorgue alguna garantía, deberá especificar tiempo, lugar y forma en que la ofrezca.

Sabemos que en esos momentos difíciles es cuando menos quieres saber de letras chiquitas y cobros excesivos por servicios que no contrataste. Por eso te recomendamos considerar la contratación de este tipo de servicios con el tiempo necesario para informarte de las opciones que hay y leer detenidamente los contratos. Por nuestra parte, ponemos a tu alcance herramientas como el Buró Comercial **(burocomercial.profeco.gob.mx)**, donde podrás consultar el contrato de adhesión registrado ante **Profeco** y el número de quejas que tiene el proveedor de servicios funerarios de tu interés. De esta manera, con anticipación o a la hora que lo necesites, tomarás una mejor decisión de consumo y tendrás algo menos por qué preocuparte.

Derechos que funcionan aun en el Cielo

Si estabas a punto de pagar un servicio o paquete de servicios funerarios pero te diste cuenta de que su publicidad era engañosa, puedes denunciarlo ante **Profeco** a la dirección de correo **publicidadengañosa@profeco.gob.mx.** Con tu denuncia conseguirás evitar que otros consumidores sean engañados.

Si ya contrataste y resultó que el servicio no fue de acuerdo con lo pactado, puedes presentar una queja ante **Profeco**. No te preocupes, si en ese momento no te sientes con ánimos, tienes hasta un año para hacerlo. De esta forma, esta institución citará a los proveedores e iniciará un procedimiento mediante el cual buscará dar una solución satisfactoria a tu inconformidad.

Asegúrate de que el contrato contenga lo siguiente:

1. Nombre y dirección de la empresa, y número de registro ante **Profeco.**
2. Firma de conformidad de los representantes de la empresa.
3. Descripción detallada de los servicios contratados y su precio.
4. Especificación sobre si se ofrece o no garantía de cumplimiento. En caso de ser ofrecida, se deberá especificar el tiempo, lugar y forma en que el proveedor la ofrezca.

¡QUE NO LE DIGAN, QUE NO LE CUENTEN!

Sabemos que los mensajes publicitarios te atraen para comprar. Pero ojo con aquellos que te prometen resultados mágicos casi instantáneamente, porque seguramente te están tomando el pelo.

Caso 1: Aplica-y-Quita. Adiós al cabello de leona.

¿Te dicen la leona y no por tu actitud audaz? ¿Nunca se te acomoda el cabello? ¿Parece que siempre está reseco? ¡Por fin llegó tu solución! La primera crema para peinar que elimina la resequedad, el *frizz*, y todos esos problemas ¡en tan sólo una aplicada! Con la nueva Aplica-y-Quita, la crema más innovadora del mercado, podrás tener ese cabello tan sedoso que tanto has deseado. Es como si fueras una estrella con tu propio estilista en casa. Enamora a todos con tu nuevo *look* y olvídate de ese *afro* involuntario. Sólo aplica una vez y ¡compruébalo!

Caso 2: Cabello de muñeca de aparador con Lisso-Lacio.

Dicen que a los hombres les atraen más las mujeres de cabello lacio, ¿no es tu caso? En realidad tienes el cabello chino, diario lo planchas y se maltrata, así que te diste por vencida. ¡No te preocupes! Hemos creado tu mejor opción. Con el nuevo Lisso-Lacio olvídate de peinarte diario; sólo sigue las instrucciones y tu cabello será lacio por meses. No te preocupes por la humedad, el vapor, el ejercicio, pues nada volverá a meterte en esos enredos. Olvídate de una vez por todas de esos chinos que tanto te molestan. Conviértete en esa lacia que siempre has querido. ¡Úsalo y sé la debilidad de todos los hombres!

Realidad:

Aunque aparentemente te ofrezcan la rápida solución a tus problemas peliagudos, a veces no es tan fácil desenmarañar las cosas o aplacarlas. Toda mujer desea tener el cabello perfecto, verse siempre bien sin uno fuera de su lugar y en poco tiempo; pero ¡ojo!, no te dejes deslumbrar con las promesas de un peinado espectacular. El cabello necesita cuidados diarios y acordes a su tipo, no con la simple aplicación de una crema para peinar lograremos lucir como recién salidas del salón de belleza. Por tentadoras que te parezcan las promesas, no creas en ellas a ciegas, recuerda que cada cabeza es un mundo, y eso incluye nuestro cabello. Así que si tienes duda de la veracidad o de la publicidad, puedes llamar directamente al proveedor para que te brinde las pruebas correspondientes, ya que la información presentada en su publicidad deberá estar respaldada por elementos que comprueben lo dicho, o bien, marca al **Teléfono del Consumidor**.

CALEFACTORES ELÉCTRICOS DE CUARTO

Que el frío no te agarre desprevenido

Además de envolverte en cobijas y atiborrarte de bebidas calientes, puedes utilizar uno de estos aparatos para templar tus habitaciones y pasar un invierno más agradable. Te ayudamos a que elijas el más eficiente.

De acuerdo, no vivimos en el Polo Norte, pero México tampoco es un país tropical, como a veces piensan en el extranjero. Quienes lo habitamos sabemos que tenemos la fortuna de vivir en uno de los países con mayor ecodiversidad, debido en gran medida a los diferentes climas que encontramos en el territorio nacional: tenemos zonas de la República que en verano son extremadamente cálidas, y otras donde en invierno los termómetros llegan a registrar temperaturas casi gélidas. Esto lo saben muy bien quienes viven en zonas altas o desérticas, donde las temperaturas en la época de frío suelen disminuir bastante más que hace algunas décadas; incluso, algunas zonas serranas donde no era común que nevara, ahora presentan este tipo de clima.

Sólo para darte una idea: de acuerdo con el Servicio Meteorológico Nacional (SMN), las temperaturas mínimas promedio durante el invierno pasado en Chihuahua, Durango y Zacatecas fueron de 0.7, 1.0 y 1.1 grados centígrados, respectivamente. En el Estado de México ese valor fue de 2.6 grados; en Tlaxcala, 1.6, y en Aguascalientes, 1.9.

Ahora bien, para la temporada de frío 2012-2013, que oficialmente inició en septiembre y culmina en marzo, el SMN pronostica 44 frentes fríos que afectarán a todo el territorio nacional. Y como sobre aviso no hay engaño, más vale estar preparados para que las bajas temperaturas no te agarren desprevenido.

Una solución bastante adecuada para templar las habitaciones de tu hogar y pasar una noche cómoda y sin frío, además de la bolsita de agua caliente bajo las cobijas, es utilizar un calefactor eléctrico de cuarto. Estos aparatos, a diferencia de los sistemas de calefacción central, son más económicos y mucho más seguros que los calentadores de gas, pues con ellos no se corre riesgo de intoxicación.

El detalle a tener en consideración es que, como se alimentan de corriente eléctrica, es vital seleccionar el aparato adecuado para ti (tomando en cuenta las dimensiones de la habitación que deseas calentar, tu presupuesto y hábitos de consumo de energía) y utilizarlo correctamente. De esta manera mantendrás frío -ése sí- tu recibo de luz.

En nuestro mercado nacional se ofrecen varios tipos de calentadores eléctricos de cuarto –algunos más eficientes que otros–, por lo que el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor se dio a la tarea de someterlos a prueba para conocer su calidad, correcto uso y características. Todo con la intención de proporcionarte suficiente información para que escojas aquel que mejor cubra tus necesidades.

EL ESTUDIO

El Laboratorio Profeco analizó 26 modelos de calefactores eléctricos de cuarto pertenecientes a 11 marcas que se comercializan en el mercado nacional.

Los sistemas de funcionamiento de los calentadores analizados son:

De convección forzada: mediante un ventilador hacen pasar un flujo de aire a través de una resistencia eléctrica, que puede ser de cerámica, alambre o cuarzo.

De radiación térmica: disipan el calor mediante placas metálicas, mica térmica, cuarzo, lámparas de carbón o de tungsteno y placas metálicas con aceite.

¿En qué nos fijamos?

Cada uno de los aparatos fue sometido a las siguientes pruebas:

Información al consumidor

La etiqueta debía contener esta información, como mínimo: tipo de producto, marca, modelo y características de alimentación eléctrica. Se verificó que cada producto incluyera una garantía en español que indicara alcances y restricciones; un instructivo de uso que informe sobre el modo apropiado de operación, así como los cuidados y precauciones necesarias. Con la sola excepción de un modelo que ofrece una garantía menor en su duración respecto de lo estipulado en la norma, el resto de los calentadores cumplió con lo requerido, razón por la cual esta prueba no se reporta en las tablas.

Desviación de potencia

Se midió la máxima potencia de consumo de entrada instantánea del calefactor y se comparó con el valor marcado por el fabricante. En la mayoría de los modelos la norma de seguridad establece que la desviación no debe ser mayor al 20%. Un marcado correcto te permitirá saber el consumo máximo de energía eléctrica que demanda del calefactor, dato útil cuando usas varios aparatos al mismo tiempo en una misma instalación eléctrica.

Consumo de energía

Se midió la cantidad de energía eléctrica demandada por el calefactor durante 60 minutos de operación a máxima potencia en funcionamiento normal. Este valor se expresa en watts consumidos durante una hora o watts-hora (Wh). Notarás que algunos modelos –aquellos que se apagan y encienden de manera automática de acuerdo a como los hayas programado–, consumen menos energía que el resto, a pesar de que existan modelos cuya potencia de consumo de entrada instantánea sea similar. Esta medición se llevó a cabo durante la realización de la prueba de desempeño.

Desempeño

Para cada calefactor se determinó el máximo consumo de energía medido en watts-hora (Wh) que requiere para calentar un cuarto –previamente acondicionado–, con el fin de que alcance una temperatura promedio de 25 °C, en cuánto tiempo y qué tan estable mantiene dicha temperatura, es decir, que no disminuya o se incremente notablemente una vez que alcanzó los 25 °C.

Para ello, el calefactor se colocó dentro de un cuarto de cerca de 4 x 4 metros previamente acondicionado a una temperatura de aproximadamente 18 °C. Se puso en operación el calefactor a máxima potencia de calentamiento durante 60 minutos y, si tenía control de temperatura, se fijó en un valor cercano a los 25 °C. Se midió continuamente, tanto la temperatura del cuarto como el consumo de energía del aparato demandado en watts-hora. Los calefactores que mejor se desempeñaron fueron aquellos que lograron calentar el cuarto con una temperatura lo más cercana a 25 °C sin variaciones notables, pero con una menor cantidad de energía eléctrica.

Seguridad

Se les sometió a una serie de pruebas para verificar que su fabricación o uso no representara un riesgo para el usuario, como:

a) Que no diera descargas eléctricas al tocarlo.

b) Que fuera estable y no tendiera a volcarse con facilidad, y que, en caso de volcadura, se apagara de inmediato automáticamente.

c) Que no permitiera introducir los dedos de manera accidental (excepto en los de aceite).

d) Que las partes por donde se sujeta al aparato –perillas, mangos, asas– no se sobrecalentaran durante la operación normal.

e) Que el cable de alimentación fuera de un calibre adecuado para no sobrecalentarse.

Atributos

En la tabla de resultados te indicamos las principales características, funciones y peso con que cuenta cada uno de los modelos analizados.

¿Cómo calificamos?

La "máxima temperatura alcanzada" refleja la temperatura a la que puede acondicionar un cuarto mediano al término de una hora de uso (un valor igual o mayor a 24 °C se considera excelente y un valor entre 20 °C y 23.9 °C se considera muy bueno, más adecuado para cuartos pequeños).

La "estabilidad térmica" se refiere a qué tanto varía la temperatura en el cuarto durante los últimos 30 minutos de operación del calefactor. Variaciones menores a 1 °C se consideraron excelentes y variaciones de entre 1 °C y 1.5 °C se valoraron como muy buenas.

El "máximo tiempo de estabilidad logrado" es igualmente importante, porque te indica el tiempo total que el calefactor logró mantener una temperatura alta con una variación no mayor a 1.5 °C.

Finalmente, te damos el consumo de energía acumulado por hora de funcionamiento –que en la mayoría de los modelos es cercano a la máxima potencia que demanda el producto en un instante. También te ofrecemos el costo respectivo de uso por una hora, tomando en consideración la tarifa doméstica más alta de CFE en el mes de septiembre, costo que puede variar de acuerdo con el nivel de confort que desees lograr. A diferencia de los resultados anteriores que reciben una calificación, en este caso sólo te lo informamos para que tú decidas qué nivel de desempeño, con su respectivo consumo de energía por hora, te conviene.

¿Qué encontramos?

El único modelo que no cumplió en el rubro de información al consumidor fue el Naoki EH30365G, pues presentó una garantía de tres meses, cuando la NOM establece que para este tipo de productos debe ser de por lo menos un año.

Los modelos analizados, tanto de convección forzada como de radiación térmica, resultan ser convenientes para calentar desde cuartos pequeños de 2.7 x 2.7 metros hasta habitaciones medianas de 3.5 x 3.5 metros, pero no son recomendables para reemplazar un sistema de calefacción a gas o eléctrico en edificios, o cuando se requiere calentar varias habitaciones al mismo tiempo.

Cuatro son los modelos de convección forzada con más atributos –incluido control remoto y selector de temperatura–: GE modelo CG1500DHN, Bionaire modelo BCH9212-LA013, y DeLonghi modelos DCH 5090 ER y TCH 7090 ER; los últimos tres con el único inconveniente de que la temperatura la despliegan en grados Fahrenheit y no en Celsius.

El modelo de convección con la mejor relación "temperatura máxima alcanzada versus costo por hora", es el Bionaire BFH416-LA013 ($0.70 por hora y logra una temperatura cercana a los 25 °C), mientras que otros modelos logran temperaturas similares, pero con un costo a partir de $1.20. Su desventaja radica en lograr una estabilidad adecuada sólo durante los últimos 25 minutos.

A pesar de que el calefactor de convección GE modelo CG1500DHN se opera de forma horizontal, es posible colocarlo "parado" –a diferencia de todos los demás, que sólo funcionan en una única posición. Sin embargo, es inestable y es propenso a caerse con cualquier movimiento, por lo que no es recomendable utilizarlo de manera vertical.

El calefactor de aceite que ofrece un "mejor desempeño versus costo por hora de uso" es el DeLonghi modelo EW7707 CB, ya que logra una mayor temperatura que los otros dos modelos de aceite, con un costo contenido de $0.80. Ciertamente, los otros dos modelos ofrecen costos de $0.50, $0.30 por hora de uso, pero logran temperaturas apenas adecuadas para calentar habitaciones pequeñas.

En la categoría de calefactores tipo panel, resaltamos el modelo DeLonghi HMP 1500 por poseer llantas para su traslado, además de poderse fijar a una pared. Su costo por hora es muy bajo ($0.30), pero sólo es adecuado para cuartos pequeños. En cambio, el modelo Bionaire BH1520- LA073 ofrece un desempeño similar al promedio de los calefactores de convección, pero con un costo mayor ($1.4), adecuado para cuartos medianos y pequeños.

La mayoría de los calefactores son fáciles de usar y programar, exceptuando al Bionaire tipo panel modelo BH1520-LA073 y Bionaire de convección forzada modelo BFH416-LA013, cuyo diseño de controles no facilita su uso.

Ficha técnica

Realización del estudio
23 de julio al 1 de octubre de 2012

Periodo del muestreo
3 de agosto al 24 de septiembre de 2012

Marcas / modelos analizados
11 / 26

Total de pruebas / ensayos
234 / 3692

Recomendaciones generales

Toma en cuenta que la mayoría de estos aparatos tienden a resecar el ambiente, por lo tanto, procura usarlos sólo el tiempo que sea necesario para alcanzar una temperatura agradable. Utilizarlos a la máxima temperatura durante largos periodos puede provocar daños en tus muebles –especialmente los de madera–, y hasta problemas respiratorios o resequedad en los ojos entre los miembros de tu familia –los niños son los más vulnerables.

De los dos tipos de calefactores que te hablamos líneas arriba, los que tienen un sistema de calentamiento por convección forzada son los que eliminan más humedad del ambiente, mientras que los de calentamiento por radiación con base en aceite tienen un menor efecto.

Los modelos que ciclean te permitirán ahorrar energía. Nos referimos a los aparatos que se apagan una vez que el ambiente alcanza una temperatura cercana a la que se le haya programado y, se encienden de manera automática cuando la temperatura ha descendido aproximadamente 1.5 °C.

A máxima potencia, estos aparatos consumen gran cantidad de energía eléctrica –similar a la que consume una plancha de vapor. Por lo tanto, un uso inteligente es lo más recomendable: mantener un ambiente templado –no caliente– en la habitación, utilizarlo sólo cuando sea estrictamente necesario, y no dejarlo desatendido por periodos prolongados.

Los calefactores eléctricos de aceite y de mica térmica se mantienen calientes durante más tiempo después de haberlos apagado –incluso hasta 30 minutos–; y aunque esto es ventajoso, hay que tener cuidado al transportarlo para evitar quemaduras accidentales: sujétalos solamente por las agarraderas. En cambio, el resto de los calefactores eléctricos se enfría al cabo de 5 o 10 minutos después de apagado el interruptor.

Selecciona un lugar estratégico y seguro para colocar el calefactor, de tal manera que el calor se distribuya más rápidamente en toda la habitación. Evita siempre que el flujo de aire caliente –especialmente en los modelos de convección forzada– "golpee" directamente a las personas.

A pesar de que no son los más baratos, los modelos que cuentan con control de temperatura te permitirán ahorrar energía eléctrica.

Si tu prioridad es el confort, prefiere los modelos que cuentan con control a distancia, que te facilitarán el acceso a sus funciones de manera remota.

Algunos modelos de calefactores de convección ofrecen la función de ventilación sin calentar; ésta proporciona un flujo suave de aire, el cual no reemplaza la funcionalidad ofrecida por un ventilador de mesa o pedestal, pero puede ser útil en ocasiones.

Por su forma, tamaño y tipo de elemento calefactor, encontrarás los siguientes tipos de aparatos (es posible que en el mercado encuentres algunas combinaciones adicionales):

- Tipo torre. Similares a un cilindro con una salida de aire rectangular cuyo elemento calefactor es una resistencia cerámica o de alambre, o bien de cuarzo, carbón o halógeno.
- Panel. Son rectangulares y muy planos, carecen de ventilador y el calor lo irradian gracias a una mica térmica a través de una de sus caras.
- Aceite. La mayoría carece de ventilador y están formados por placas metálicas muy delgadas –una detrás de la otra–, por donde circula un aceite caliente; el calor se irradia directamente a través de dichas placas.
- De piso o mini. Suelen ser pequeños y pueden incluir una resistencia cerámica o de alambre como elemento calefactor; presentan muy variadas formas –cilíndricos, tipo caja, etcétera.

Al comprarlos

Toma en consideración estos puntos para seleccionar el aparato adecuado:

Considera el área o volumen de la habitación que deseas calentar; si el cuarto es grande, prefiere los modelos que mantuvieron estable un mayor tiempo la temperatura del cuarto –calificación de excelente en esta prueba. En las mismas tablas, también encontrarás reportados los atributos más importantes que presenta cada modelo.

Primero tu seguridad

Toma las precauciones necesarias para disminuir cualquier riesgo de incendio o choque eléctrico:

Antes de encender el calefactor por primera vez, lee cuidadosamente el instructivo de operación y sigue las instrucciones señaladas en el mismo.

Con el fin de evitar quemaduras es necesario manipular el equipo únicamente por las partes que han sido diseñadas para este propósito: manijas, perillas, teclas, agarraderas, etcétera. Ten especial cuidado con los calefactores eléctricos de aceite y de panel, cuyas áreas calientes son muy grandes.

Extrema precauciones para que los niños, mascotas o personas discapacitadas no se acerquen al calefactor, especialmente por el hecho de que algunos de és-

El tamaño del calefactor eléctrico no necesariamente indica su capacidad de calentamiento, ya que existen algunos muy pequeños que pueden calentar satisfactoriamente una habitación mediana, similar a la lograda por modelos que físicamente son más grandes. Lo importante es que compares el consumo de energía que gastan en una hora, un menor consumo en watts-hora significa que tu recibo de luz será más pequeño.

Aunque algunos modelos dicen que son ecológicos al ofrecer una función de ahorro de energía, en la práctica sólo calentarán más lentamente el cuarto, o bien, éste alcanzará una menor temperatura. Ello se debe a que, para calentar más una habitación y hacerlo rápido, se requiere, necesariamente, de utilizar más potencia eléctrica. Por eso, no resaltamos esta característica en los resultados. Recuerda: compara el consumo de energía.

Exige que te sellen y fechen la garantía para que puedas hacerla efectiva. Asegúrate de que contenga el o los accesorios indicados en su caja o instructivo (por ejemplo, el control remoto).

Verifica la dirección de los centros de servicio más cercanos a tu localidad –esta información viene contenida en la garantía o en la página en internet de la marca. Considera que hay marcas cuyos talleres de servicio pueden estar muy retirados o disponibles únicamente en las principales ciudades del país.

Prefiere comercios establecidos, pues comprarlos en el comercio informal puede representar una garantía inexistente o, peor aún, un producto que no ha sido verificado con la norma de seguridad en un laboratorio de pruebas.

Normatividad

Para la elaboración del presente estudio de calidad se consideraron las siguientes normas.

NOM-024-SCFI-1998 Información comercial para empaques, instructivos y garantías, de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.

NOM-008-SCFI-2002 Sistema General de Unidades de Medida.

NMX-J-521/1-ANCE-2005 Aparatos electrodomésticos y similares - Seguridad Parte 1: Requisitos generales.

NMX-J-521/2-30-ANCE-2009 Aparatos electrodomésticos y similares – Seguridad - Parte 2-30: Requisitos particulares para los calefactores de cuarto.

IEC 60675 Ed2.1 Household electric direct-acting room heaters – Methods of measuring performance.

tos son muy similares a los ventiladores tipo torre o a las bocinas de algunos aparatos de audio.

Es conveniente que mantengas alejado (al menos 0.9 metros) de la zona principal de radiación de calor del calefactor –costados, parte superior, inferior y posterior–, cualquier tipo de objeto, especialmente los de materiales flamables como muebles, cojines, lencería, papel, ropa, cortinas, etcétera.

Estos aparatos están destinados para uso doméstico en interiores, no para uso industrial, comercial, o a la intemperie. Cuida de no dejarlo cerca de tinas o regaderas de baño, de la lavadora, lavaplatos, albercas u otras fuentes de agua. Tampoco lo utilices en áreas donde haya gasolina, solventes, pintura o líquidos flamables almacenados.

Al igual que las planchas eléctricas, los calefactores eléctricos no son aparatos que puedas dejar funcionando sin supervisión. Adicionalmente, considera:

- Desconectarlo cuando no esté en uso.
- No permitas que los niños jueguen con él, ya que podrían introducir en su interior objetos extraños que pueden significar un riesgo cuando se use.
- Evitar el uso de una extensión eléctrica, porque ésta puede sobrecalentarse y ocasionar un incendio si no es la adecuada. Si no puedes evitar su uso, asegúrate de que la extensión soporte 20 amperes de corriente como mínimo; este dato lo encontrarás en su empaque y en la etiqueta de marcado. Al usar una extensión, colócala sobre áreas donde no haya riesgo de que el agua entre en contacto con ella o que una persona pueda tropezar. Tampoco la ocultes debajo de muebles o alfombras.

En caso de que tengas que salir constantemente de la habitación donde tengas funcionando el calefactor eléctrico, abrígate bien. No subestimes los cambios de temperatura recurrentes, ya que se puede desencadenar una molestia o enfermedad en las vías respiratorias.

Calefactores eléctricos **de convección forzada** tipo torre y de piso

	Marca Modelo / Tipo de elemento calefactor	Bionaire BCH9212-LA013 Resistencia cerámica	Bionaire BCH4267-LA013 Resistencia cerámica	Lakewood LCH4051-LA013 Resistencia cerámica	Lakewood LCH2102 Resistencia cerámica
DESEMPEÑO (1)	**Máxima temperatura alcanzada (ºC)**	25.5	25.1	24.2	24.6
	Estabilidad térmica	E	E	E	E
	Máximo tiempo de estabilidad logrado (minutos)	45'	45'	45'	45'
	Consumo en 1 hora (watts-hora) **Costo por hora** (pesos) (2)	**1438.3** **$1.3**	**1417.9** **$1.3**	**1419.8** **$1.3**	**1460.8** **$1.3**
	Evaluación global	**E**	**E**	**E**	**E**
ATRIBUTOS	**a** Control remoto	✷			
	b Función de oscilación	✷			✷
	c Función de sólo ventilador (no genera calor)	✷		✷	✷
	d Función de autoapagado automático (temporizador)	✷			
	e Selector de la temperatura que se desea alcanzar	✷			
	f Cuenta con pantalla que muestra las funciones activas	✷			
	g Provee de un selector de potencia (nivel de calentamiento alto/bajo)		✷	✷	✷
	Peso (kg)	2.56	1.57	1.25	2.19
	Resaltamos	Tipo torre y con pantalla que indica las funciones activas. Muestra la temperatura en ºF y no en ºC.	De piso, pequeño y no oscila.	De piso, muy pequeño y no oscila.	De piso, pequeño.

Ademas, todos:
- Ofrecen 1 año de garantía.
- Tienen como país de origen China.
- Todos cumplen con las pruebas de seguridad (salvo obervación marcada para el modelo CG1500DHN, de la marca GE, en la columna "Resaltamos").
- Todos cumplen con el valor de potencia medido, respecto de su valor marcado en etiqueta.
- Todos cumplen con la información al consumidor.

Notas importantes:
(1) Para facilitar la interpretación del desempeño general alcanzado por cada modelo, lee nuestro recuadro "¿Cómo calificamos?".
(2) Este costo puede variar dependiendo del tipo de uso que le des al calefactor.
(3) Máxima potencia: 1473 watts
(4) Máxima potencia: 1435 watts
(5) Máxima potencia: 1430 watts
(6) Máxima potencia: 1438 watts
(7) Máxima potencia: 1461 watts
(8) La garantía no cumple con la norma, ofrece 3 meses en lugar de 1 año.

GE	Bionaire	Man/Navia	Birtman	Master Craft
CG1500DHN Resistencia cerámica	BFH416-LA013 De alambre	CCM-90 Resistencia cerámica	BCC-1500 Resistencia cerámica	EB38957 Resistencia cerámica
24	24.5	22.7	28.9	24.6
E	E	E	E	E
50’	25’	40’	35’	40’
1340 **$1.2**	**733.5 (5)** **$0.7**	**1145.2** **$1.0**	**1347.7** **$1.2**	**1328.9** **$1.2**
E	**MB**	**MB**	**MB**	**MB**
✷			✷	
✷	✷	✷	✷	✷
✷				✷
✷		✷	✷	
✷	✷		✷	
✷				
✷	✷	✷	✷	✷
3.55	1.06	3.42	3.8	1.61
De piso; para evitar riesgo de que se vuelque y siga funcionando, sólo debe colocarse en forma horizontal.	De piso, pequeño; la activación de sus funciones no es tan sencilla.	Tipo torre con agarradera superior que facilita su traslado.	Tipo torre con 6 temperaturas programables.	De piso, pequeño: con agarradera que facilita su traslado.

Calefactores eléctricos **de convección forzada** tipo torre y de piso

	Marca Modelo / Tipo de elemento calefactor	Everheat NT15-9FJ Resistencia cerámica	Home line EH30522G Resistencia de alambre	Lakewood LFH108-LA013 Resistencia de alambre	Professional Series KAD-11 Resistencia cerámica
DESEMPEÑO (1)	**Máxima temperatura alcanzada (ºC)**	24.8	24.7	24.8	23.7
	Estabilidad térmica	E	E	E	E
	Máximo tiempo de estabilidad logrado (minutos)	40’	40’	40’	40’
	Consumo en 1 hora (watts-hora) **Costo por hora** (pesos) (2)	**1382** **$1.3**	**1369** **$1.3**	**1383.1** **$1.3**	**1379.2** **$1.3**
	Evaluación global	**MB**	**MB**	**MB**	**MB**
ATRIBUTOS	**a** Control remoto				✷
	b Función de oscilación				✷
	c Función de sólo ventilador (no genera calor)	✷	✷	✷	✷
	d Función de autoapagado automático (temporizador)				
	e Selector de la temperatura que se desea alcanzar				
	f Cuenta con pantalla que muestra las funciones activas				
	g Provee de un selector de potencia (nivel de calentamiento alto/bajo)	✷	✷	✷	✷
	Peso (kg)	1.3	1.78	1.1	3.42
	Resaltamos	De piso, pequeño y ligero; no oscila.	De piso, pequeño y ligero; no oscila.	De piso, pequeño.	Tipo torre con indicadores luminosos que facilitan ver las funciones activas.

Ademas, todos:
- Ofrecen 1 año de garantía.
- Tienen como país de origen China.
- Todos cumplen con las pruebas de seguridad (salvo obervación marcada para el modelo CG1500DHN, de la marca GE, en la columna “Resaltamos”).
- Todos cumplen con el valor de potencia medido, respecto de su valor marcado en etiqueta.
- Todos cumplen con la información al consumidor.

Notas importantes:
(1) Para facilitar la interpretación del desempeño general alcanzado por cada modelo, lee nuestro recuadro “¿Cómo calificamos?”.
(2) Este costo puede variar dependiendo del tipo de uso que le des al calefactor.
(3) Máxima potencia: 1473 watts
(4) Máxima potencia: 1435 watts
(5) Máxima potencia: 1430 watts
(6) Máxima potencia: 1438 watts
(7) Máxima potencia: 1461 watts
(8) La garantía no cumple con la norma, ofrece 3 meses en lugar de 1 año.

(Continuación)

DeLonghi	DeLonghi	Master Craft	Master Craft	Master Craft
DCH 5090 ER Resistencia cerámica	**TCH 7090 ER Resistencia cerámica**	**EH30483G Resistencia cerámica**	**EH30407G Resistencia de alambre**	**EB39913 Resistencia de alambre**
24.2	25.8	24.5	24.7	24.7
MB	MB	MB	MB	MB
40’	35’	30’	25’	25’
1347.7 $1.2	**1478.9 $1.4**	**1276.7 $1.2**	**1504 $1.4**	**1504.7 $1.4**
MB	**MB**	**B**	**B**	**B**
✷	✷			
✷	✷	✷		
✷	✷	✷	✷	✷
✷	✷			
✷	✷			
✷	✷			
		✷	✷	✷
2.3	2.84	1.84	2.68	0.892
De piso y con pantalla que indica las funciones activas. Muestra la temperatura en ºF y no en ºC.	Tipo torre y con pantalla que indica las funciones activas. Muestra la temperatura en ºF y no en ºC.	De piso, pequeño y pesado respecto de modelos similares.	De piso, voluminoso y pesado; es el único cuya carcasa es toda de metal; cuenta con agarradera.	De piso, pequeño y muy ligero.

Calefactores eléctricos **de radiación** tipo torre y de piso

	Marca Modelo Tipo de elemento calefactor	Naoki DCH0273 Lámparas de tungsteno	Everheat LH-890SN De cuarzo	Naoki DCH0462 Resistencia de carbón
DESEMPEÑO (1)	**Máxima temperatura alcanzada (ºC)**	22.8	23.8	23.1
	Estabilidad térmica	E	MB	MB
	Máximo tiempo de estabilidad logrado (minutos)	45’	35’	35’
	Consumo en 1 hora (watts-hora) **Costo por hora** (pesos) (2)	**1197.8** **$1.1**	**1502.8** **$1.4**	**1178.9** **$1.1**
	Evaluación global	**MB**	**B**	**B**
ATRIBUTOS	**a** Control remoto			
	b Función de oscilación	✷		✷
	c Función de sólo ventilador (no genera calor)			
	d Función de autoapagado automático (temporizador)			
	e Selector de la temperatura que se desea alcanzar			
	f Cuenta con pantalla que muestra las funciones activas			
	g Provee de un selector de potencia (nivel de calentamiento alto/bajo)	✷	✷	✷
	Peso (kg)	2.5	3.7	2.58
	Resaltamos	De piso, ligero; las lámparas requieren reemplazarse cuando se funden.	Tipo torre, ligero, aunque voluminoso.	Tipo torre, ligero; las resistencias requieren reemplazarse cuando se funden.

Calefactores eléctricos **de radiación tipo panel**

	Marca Modelo Tipo de elemento calefactor	DeLonghi HMP 1500 Mica térmica
DESEMPEÑO (1)	**Máxima temperatura alcanzada (ºC)**	20.8
	Estabilidad térmica	E
	Máximo tiempo de estabilidad logrado (minutos)	55’
	Consumo en 1 hora (watts-hora) **Costo por hora** (pesos) (2)	**321.3 (3)** **$0.3**
	Evaluación global	**MB**
ATRIBUTOS	**a** Control remoto	
	b Función de oscilación	
	c Función de sólo ventilador (no genera calor)	
	d Función de autoapagado automático (temporizador)	
	e Selector de la temperatura que se desea alcanzar	
	f Cuenta con pantalla que muestra las funciones activas	
	g Provee de un selector de potencia (nivel de calentamiento alto/bajo)	✷
	Peso (kg)	4.62
	Resaltamos	De panel, presenta llantas para un fácil traslado; se puede fijar a una pared.

Además, todos:
- Ofrecen 1 año de garantía.
- Tienen como país de origen China.
- Todos cumplen con las pruebas de seguridad (salvo obervación marcada para el modelo CG1500DHN, de la marca GE, en la columna “Resaltamos”).
- Todos cumplen con el valor de potencia medido, respecto de su valor marcado en etiqueta.
- Todos cumplen con la información al consumidor.

Calefactores eléctricos **de radiación de aceite**

	Bionaire	DeLonghi	Home line	Naoki (8)
Marca Modelo Tipo de elemento calefactor	BH1520-LA073 Mica térmica	EW7707 CB Láminas con aceite	EH30614G Láminas con aceite	EH30365G Láminas con aceite
DESEMPEÑO (1) — **Máxima temperatura alcanzada (°C)**	24.4	23.1	21.5	21.6
DESEMPEÑO (1) — **Estabilidad térmica**	E	E	E	E
DESEMPEÑO (1) — **Máximo tiempo de estabilidad logrado (minutos)**	40’	35’	60’	60’
DESEMPEÑO (1) — **Consumo en 1 hora** (watts-hora) **Costo por hora** (pesos) (2)	1522 $1.4	922.7 (4) $0.8	362.3 (6) $0.3	516.8 (7) $0.5
Evaluación global	MB	MB	MB	MB
ATRIBUTOS — **a** Control remoto				
ATRIBUTOS — **b** Función de oscilación				
ATRIBUTOS — **c** Función de sólo ventilador (no genera calor)				
ATRIBUTOS — **d** Función de autoapagado automático (temporizador)				
ATRIBUTOS — **e** Selector de la temperatura que se desea alcanzar				
ATRIBUTOS — **f** Cuenta con pantalla que muestra las funciones activas	✷			
ATRIBUTOS — **g** Provee de un selector de potencia (nivel de calentamiento alto/bajo)	✷	✷	✷	✷
Peso (kg)	5.2	10.54	6.28	7.28
Resaltamos	De panel, sin llantas, se puede fijar a una pared.	De piso, presenta llantas y guardacable para un fácil traslado; muy pesado.	De piso, presenta llantas y guardacable para un fácil traslado; pesado.	De piso, presenta llantas y guardacable para un fácil traslado; pesado.

Notas importantes:
(1) Para facilitar la interpretación del desempeño general alcanzado por cada modelo, lee nuestro recuadro “¿Cómo calificamos?”.
(2) Este costo puede variar dependiendo del tipo de uso que le des al calefactor.
(3) Máxima potencia: 1473 watts
(4) Máxima potencia: 1435 watts
(5) Máxima potencia: 1430 watts
(6) Máxima potencia: 1438 watts
(7) Máxima potencia: 1461 watts
(8) La garantía no cumple con la norma, ofrece 3 meses en lugar de 1 año.

Precios mínimos y máximos de calefactores eléctricos en las ciudades de México y Zona Metropolitana, Puebla y Toluca

Precios levantados del 19 al 27 de septiembre de 2012

Marca / Modelo	Ciudad de México y Zona Metropolitana			
	Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Tienda
Calefactores eléctricos de convección forzada tipo torre y de piso				
Bionaire / BCH9212-LA013 / Resistencia cerámica	$779	Costco (Polanco/Satélite) / The Home Depot	*	*
Bionaire / BCH4267-LA013 / Resistencia cerámica	$568	Mega Comercial Mexicana (Arboledas)	$639	Sears (Ecatepec / Galerías / 118 Tezontle / Universidad)
Lakewood / LCH4051-LA013 / Resistencia cerámica	$270	Comercial Mexicana (Asturias / Valle Dorado) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas)	$329	Mercado Soriana (Cd. Azteca)
Lakewood / LCH2102 / Resistencia cerámica	$457	Comercial Mexicana (Valle Dorado) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas)	$659	Best Buy (Acoxpa)
GE / CG1500DHN / Resistencia cerámica	$999	Elektra (Plaza Aragón)	$1,099	Best Buy (Acoxpa)
Bionaire / BFH416-LA013 / De alambre	*	*	*	*
Man/Navia / CCM-90 / Resistencia cerámica	$972	Viana (Aragón)	$1,249	Coppel (Arboledas)
Birtman / BCC-1500 / Resistencia cerámica	*	*	*	*
Master Craft / EB38957 / Resistencia cerámica	$319	Soriana (Aragón / Mixcoac / Perinorte)	*	*
Everheat / NT15-9FJ / Resistencia cerámica	$349	The Home Depot	*	*
Home line / EH30522G / Resistencia de alambre	$225	Chedraui (Atizapán / Coapa / Polanco / Universidad)	*	*
Lakewood / LFH108-LA013 / Resistencia de alambre	$289	Coppel (Arboledas)	$399	Best Buy (Acoxpa)
Professional Series / KAD-11 / Resistencia cerámica	$1,699	Sears (Perisur / Satélite / Universidad)	*	*
DeLonghi / DCH 5090 ER / Resistencia cerámica	*	*	*	*
DeLonghi / TCH 7090 ER / Resistencia cerámica	*	*	*	*
Master Craft / EH30483G / Resistencia cerámica	$379	Soriana (Aragón / Mixcoac)	*	*
Master Craft / EH30407G / Resistencia de alambre	$229	Soriana (Perinorte)	*	*
Master Craft / EB39913 / Resistencia de alambre	$239	Soriana	*	*
Calefactores eléctricos de radiación tipo torre y de piso				
Naoki / DCH0273 / Lámparas de tungsteno	$328	Comercial Mexicana	$358	Comercial Mexicana (Asturias / Valle Dorado) / Mega Comercial Mexicana (Mixcoac / Pilares)
Everheat / LH-890SN / De cuarzo	$699	The Home Depot (Pirules)	*	*
Naoki / DCH0462 / Resistencia de carbón	$618	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Mixcoac)	*	*
Calefactores eléctricos de radiación tipo panel				
DeLonghi / HMP 1500 / Mica térmica	$1,599	Sears (Ecatepec / Galerías Coapa)	$1,869	Liverpool (Centro / Santa Fe / Satélite)
Bionaire / Bionaire/BH1520-LA073 / Mica térmica	*	*	*	*
Calefactores eléctricos de radiación de aceite				
DeLonghi / EW7707 CB / Láminas con aceite	*	*	*	*
Home line / EH30614G / Láminas con aceite	$695	Chedraui (Atizapán / Coapa / Polanco / Universidad)	*	*
Naoki (8) / EH30365G / Láminas con aceite	$438	Comercial Mexicana (Asturias)	*	*

* No se encontró el producto en las tiendas visitadas para la recopilación de precios.
Nota: Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puedes solicitar en el teléfono 5625 6700 ext. 1621 o en el correo **quienesquien@profeco.gob.mx**

Puebla				Toluca			
Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Tienda	Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Tienda
*	*	*	*	*	*	*	*
*	*	*	*	$639	Sears	*	*
*	*	*	*	$349	Soriana Hiper	*	*
$484	Comercial Mexicana	*	*	$399	Salinas y Rocha	*	*
$999	Contino / Elektra (408 / Castillotla / Mayorazgo)	*	*	$804	Salinas y Rocha	*	*
*	*	*	*	$2,199	Salinas y Rocha	*	*
$972	Viana (127)	$1,249	Coppel (8 Pte. / 10 Pte. / Del Parque / Plaza Torrecillas)	$972	Viana	$1,249	Coppel
*	*	*	*	$804	Salinas y Rocha	*	*
$319	Soriana (Torrecillas)	*	*	$319	Soriana Hiper	*	*
$349	The Home Depot	*	*	$349	The Home Depot	*	*
$225	Chedraui (Plaza Cristal / Puebla IV / Toreo)	*	*	$225	Chedraui (Metepec / Toluca)	*	*
$289	Coppel (Plaza Torrecillas)	*	*	*	*	*	*
$1,599	Sears (Centro)	*	*	$1,599	Sears	*	*
*	*	*	*	$749	The Home Depot	*	*
*	*	*	*	$1,199	The Home Depot	*	*
$419	Soriana Hiper (Capu)	*	*	$419	Soriana Hiper	*	*
$229	Soriana (Torrecillas)	*	*	*	*	*	*
$239	Soriana (Torrecillas) / Soriana Hiper (Capu)	*	*	*	*	*	*
$358	Comercial Mexicana	*	*	$358	Comercial Mexicana	*	*
$699	The Home Depot	*	*	$699	The Home Depot	*	*
$618	Mega Comercial Mexicana (Angelópolis 290 / San Pedro)	*	*	$618	Comercial Mexicana	*	*
$1,599	Sears (Centro)	*	*	$1,599	Sears	*	*
*	*	*	*	*	*	*	*
*	*	*	*	*	*	*	*
$695	Chedraui (Plaza Cristal / Puebla IV / Toreo)	*	*	$695	Chedraui (Metepec / Toluca)	*	*
$438	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Angelópolis 290)	*	*	*	*	*	*

Acciones
- Las medidas que se implementaron para hacer frente a las repercusiones en el mercado ante el brote de la gripe aviar.

En números
- El papel de este producto en la economía mundial y nacional.

Influenza A H7N3
- La gripe aviar: ¿qué es y cómo se controla?

Qué hacer si...
- No te dan kilos de a kilo.

Estudio de calidad
- Descubre la cantidad de nutrientes, marca por marca.

Infografía
- El sorprendente proceso de formación de un huevo dentro de la gallina.

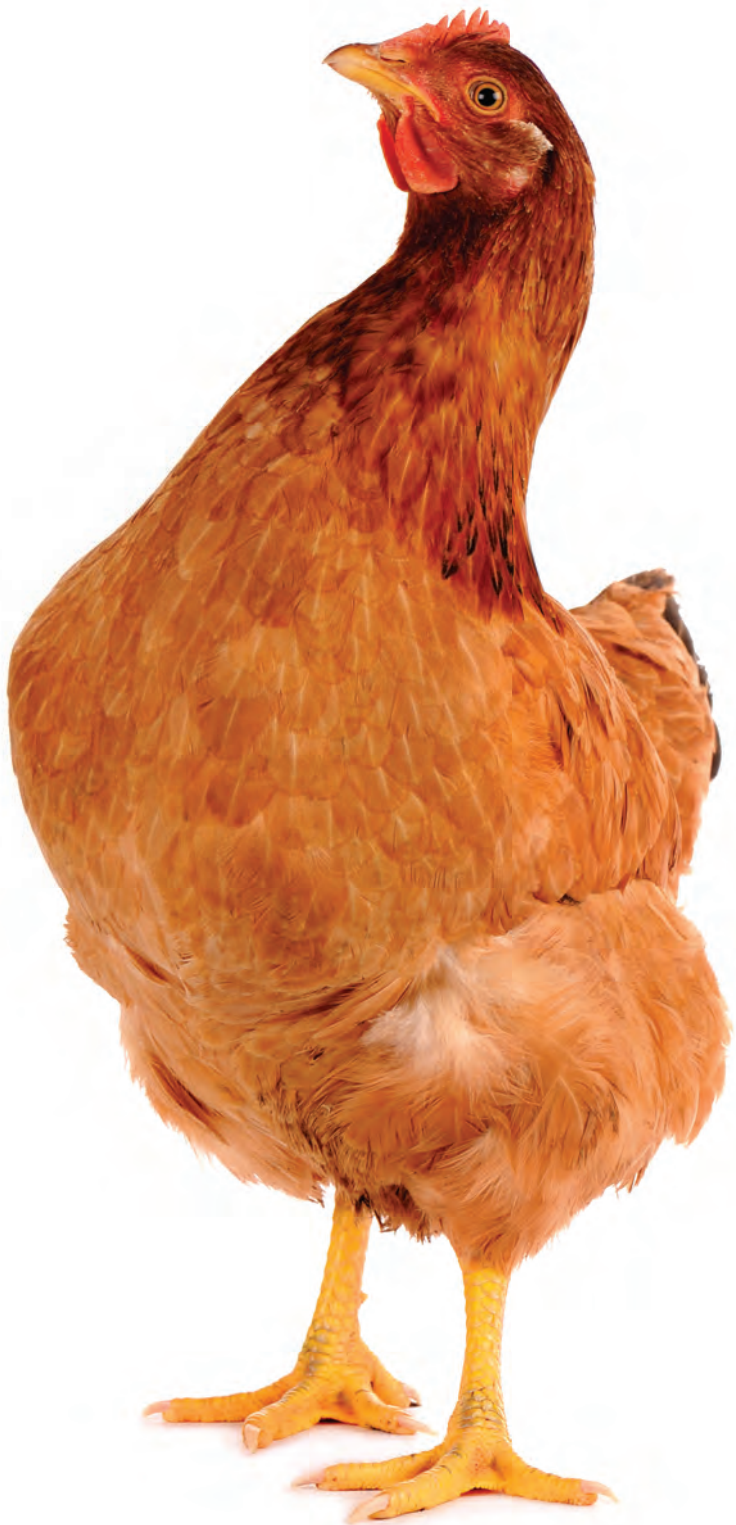
Huevo, alimento básico:

Primero los consumidores

El huevo es un producto básico en la dieta de las familias mexicanas. Para millones de habitantes es la principal fuente de proteína animal. En números, la producción de huevo reporta 2.5 millones de toneladas al año, lo que significa que, en promedio cada mexicano come 22.4 kilogramos de este producto, esto es: México es el país con el mayor consumo de huevo per cápita, según datos de la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (Sagarpa).

Dado el papel que desempeña en nuestra dieta, es consecuencia natural que sea uno de los productos de mayor disponibilidad alimentaria.

La responsabilidad suprema de la **Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco)** es ser garante de los derechos de los consumidores, procurando equidad, certeza y seguridad jurídica en las relaciones entre proveedores y consumidores, y uno de sus principios fundamentales es proteger a los consumidores contra prácticas abusivas en el abastecimiento de productos o servicios. Así lo dispone la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y la Ley. Por lo tanto, **Profeco** debe inhibir aquellas prácticas comerciales que impacten gravemente la economía y la dieta de las familias y atenten contra los derechos básicos de los consumidores.



Acciones conjuntas

El reciente brote de gripe aviar afectó el precio del huevo en el mercado nacional. En consecuencia, **Profeco** generó acciones sin precedente de monitoreo, vigilancia y verificación de establecimientos, para prevenir y sancionar a aquellos que, aprovechándose de la contingencia, incurrieron en prácticas comerciales abusivas o desleales, afectan tanto a la economía, como la dieta de los consumidores.

Paralelamente a las verificaciones, la Procuraduría, a través del programa Quién es Quién en los Precios (QQP), implementó un monitoreo permanente en todo el territorio para darle seguimiento a la evolución de precios. Esta información, como toda la que recaba el programa QQP, fue publicada en el sitio web de **Profeco**. La intención de estas acciones fue, además de verificar el cumplimiento de la Ley, proporcionarle información útil a los consumidores para que pudieran realizar la mejor compra.

Breve historia de una contingencia

Desde que el Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria (SENASICA) reportó el brote de Influenza Aviar del serotipo H7N3 en granjas de producción avícola en el estado de Jalisco, se informó que no existía riesgo alguno para la salud de los consumidores.

Desde ese momento, la Procuraduría Federal del Consumidor estableció un mecanismo de comunicación permanente entre la Secretaría de Economía, SAGARPA y SENASICA para el intercambio de información y coordinar esfuerzos para hacerle frente a la contingencia.

Como resultado, en una primera acción coordinada, **Profeco** difundió en la Red de Alertas Rápidas el aviso de SENASICA donde se detallaron las primeras acciones que tomó esta autoridad a partir de la identificación y presencia del virus. A partir de dicha alerta, **Profeco** activó en todo el país el Programa Especial de Verificación de Venta de Huevo y Pollo para detectar y sancionar cualquier práctica abusiva en la comercialización de estos productos.

Dentro de este Programa se verificó a comercializadores de huevo y pollo, tanto al mayoreo como al menudeo, para constatar, entre otros aspectos, que se exhibieran y respetaran los precios, así como la ausencia de prácticas comerciales abusivas o desleales. Se le pidió a productores de huevo y tiendas de autoservicio información sobre el precio al que estaban ofertando el huevo, así como –en caso de presentarse– el motivo del incremento (acción que en lenguaje legal se le conoce como "requerimiento").

Toda la información generada durante el Programa Especial de Verificación de Venta de Huevo y Pollo fue publicada oportunamente en el **Portal del Consumidor.** Además, como parte de su labor de orientación y protección de los consumidores, en el mismo sitio se compartieron recomendaciones y consejos para sustituir el aporte nutrimental del huevo en la dieta diaria de los mexicanos. Éste fue el objetivo del programa "Tú decides bien comer", donde en colaboración con la Secretaría de Salud, se presentaron opciones de menú balanceados y económicos, basados en el Plato del Bien Comer y empleando alimentos de temporada.

¿Para qué sirven las visitas de verificación?

Entre sus diversas labores, **Profeco** se encarga de vigilar el comportamiento comercial de los proveedores y para ello realiza visitas a los establecimientos comerciales para verificar que sus prácticas comerciales cumplan con la Ley Federal de Protección al Consumidor. De esta manera el consumidor puede tener la garantía de que los productos o servicios que se ofrecen o comercialicen no afecten sus derechos.

¿Qué clase de comportamiento comercial puede afectar los derechos del consumidor? Por ejemplo, que no se exhiban los precios a la vista o no se respeten los costos anunciados; el empleo de básculas indebidamente calibradas o ajustadas para no dar kilos de a kilo; o el aumento injustificado de precios. En caso de presentarse uno, **Profeco** requiere a los proveedores que presenten información que acrediten sus razones para aumentar el precio.

Estas visitas de verificación, como ya se mencionó anteriormente, se realizan y programan durante todo el año. Sin embargo, en el caso de esta contingencia se redoblaron esfuerzos para implementar intensivamente estas acciones en todo el país mediante el Programa Especial de Verificación de Venta de Huevo y Pollo.

Sólo para darte un contexto de la labor que se realiza, en el primer semestre de 2012, **Profeco** había efectuado poco más de 500 acciones de vigilancia y verificación sobre la comercialización del huevo. Ahora, derivado de esta contingencia, de julio al cierre de esta edición son más demás de 10,113 verificaciones, con un total de 1,463 establecimientos apercibidos y/o emplazados por presuntos incumplimientos a la Ley Federal de Protección al Consumidor, tales como alterar o no mostrar los precios a la vista, entre otros.

Resultados del Programa de Verificación de Venta de Huevo y Pollo	Total
Verificaciones	5,431
Establecimientos con prácticas violatorias a la LFPC	1,463
Sellos	111
Básculas Verificadas	4,597
Básculas Inmovilizadas	123
Monitoreos	4,682

De julio al cierre de esta edición son más demás de

10,113

verificaciones

En beneficio de todos

Toda actuación de las instituciones y la aplicación de los fundamentos mismos de la legislación deben obedecer al principio *Pro Persona*, el cual establece que cualquier interpretación de la ley debe buscar el mayor beneficio para la persona. **Profeco** hoy aplica este fundamento de reciente existencia para proteger a los consumidores y salvaguardar sus derechos. De manera que, en este caso específico, queda claro que es obligación del Estado promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos, entre ellos uno esencial: "Toda persona tiene derecho a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará" (artículo 4 de la Constitución mexicana).

Por tanto, es corresponsabilidad de todos los actores, en especial de las autoridades, fortalecer la mutua confianza y profundizar la transparencia y competencia de los mercados en general. La libre competencia y la libre concurrencia, así como la protección al consumidor, son la columna vertebral de la economía nacional. A su vez, se debe garantizar el ejercicio y disfrute de los derechos fundamentales de los consumidores, blindando a las personas contra abusos que provengan de la autoridad política o del mismo mercado y sus agentes. El eje para las relaciones de consumo debe ser la libertad y el ejercicio de los derechos humanos.

Es obligación del Estado promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos, entre ellos, el derecho al consumo

Cabe subrayar que las acciones llevadas a cabo en torno a la crisis del huevo, guiadas por el principio *Pro Persona*, representan un triunfo para consumidores y autoridades, pues es la primera vez en la vida moderna del país, que este fundamento se encarna en la realidad de millones de habitantes.

Así pues, es labor de **Profeco** combatir todas las acciones que menoscaben el ejercicio de los derechos de los consumidores mexicanos. De igual manera, es indispensable que, en el desarrollo de sus acciones de educación, monitoreo, verificación y sanción, tenga presente su obligación de respetar y promover los derechos humanos.

Cabe precisar que, si en los hallazgos de las acciones de **Profeco**, se llegara a tener evidencia de acaparamiento o de alguna conducta de tipo penal, ésta deberá ser denunciada ante el Ministerio Público. Lo anterior no se trata de una acción exclusiva de la **Procuraduría Federal del Consumidor**, cualquier persona que conozca de estos hechos puede denunciarlos.

En vista de ello, todo proceder de productores y/o comercializadores ante las circunstancias especiales generadas en el mercado a partir del brote de gripe aviar que conduzca a obtener ventajas indebidas en detrimento de los consumidores, conlleva a una práctica abusiva que será sancionada.

Es particularmente grave cometer prácticas abusivas o desleales contra los consumidores cuando se trata de productos esenciales para los mexicanos, y aprovechándose de situaciones de escasez, lejanía o dificultad en el abastecimiento de un producto, lo que afecta los derechos de millones de personas.

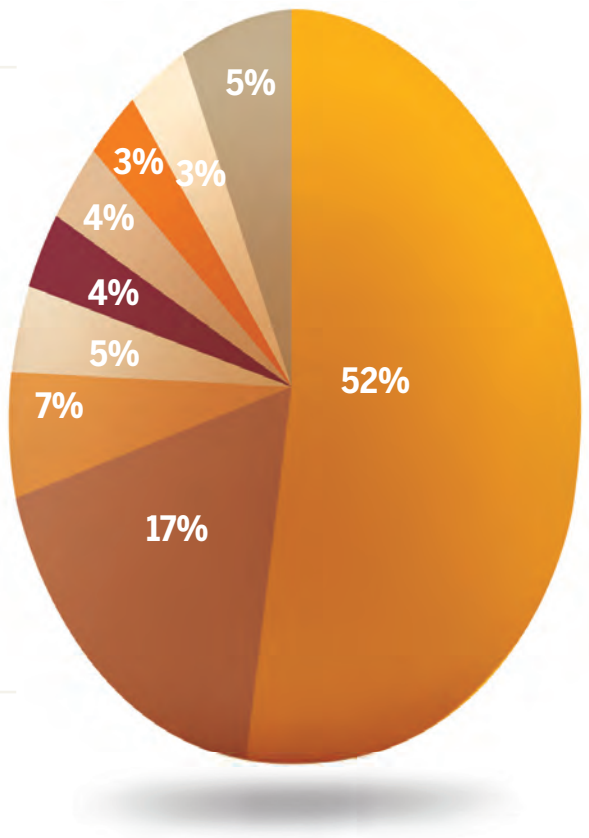
El huevo en datos

El huevo es un alimento básico no sólo en la dieta de los mexicanos, es también uno de los más demandados a escala mundial.

- **China** lidera la producción **mundial: 36%**
- **México** es el **quinto** productor: **3.7%**
- **64 millones** de toneladas en 2011.
- Longitud: **6-8 cm**
- Peso: **60 g**
- **95%** de la producción de huevo en 2010 se **concentró** en **ocho estados** de la República Mexicana:

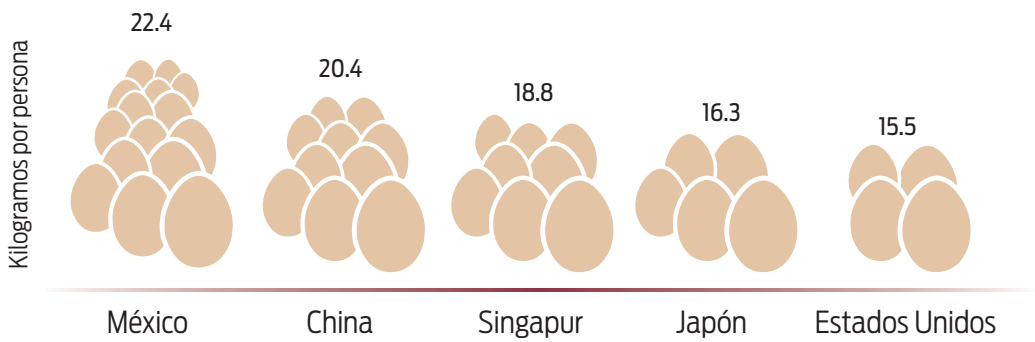
Jalisco	52%
Puebla	17%
Sonora	7%
La Laguna	5%
Nuevo León	4%
Yucatán	4%
Sinaloa	3%
Guanajuato	3%
Resto	5%
Total	**100%**

Participación en la producción



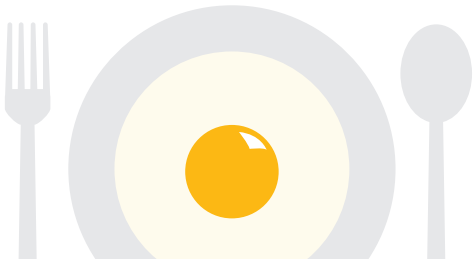
En 2011 se produjeron **2.5 millones** de toneladas con un valor cercano a **29,700** millones de pesos.

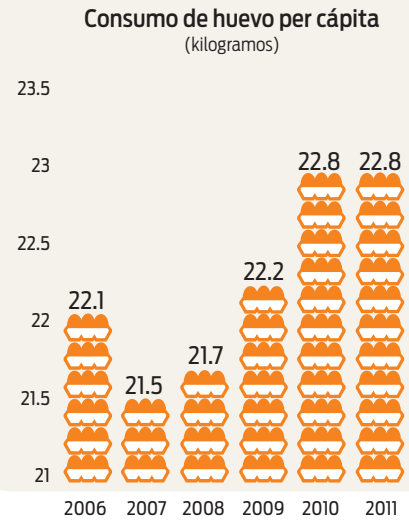
Principales países consumidores de huevo



Consumo per cápita

- **90%** de la producción nacional es para **consumo directo.**
- **10%** para **consumo industrial.**
- El consumo **anual** de huevo por habitante acumuló un crecimiento de **3.2%** de 2006 a 2011.
- **64%** de los hogares consume huevo y gasta **$115 mensuales** en promedio en su compra.

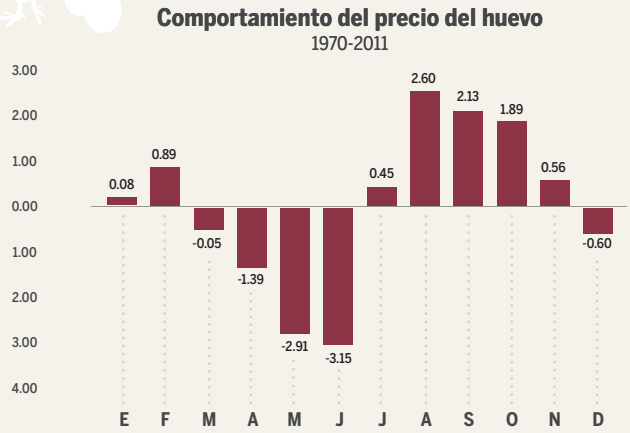




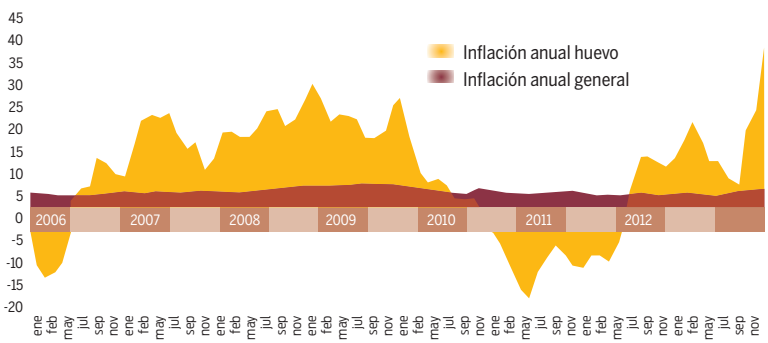
Estacionalidad

Algunos productos y servicios presentan abundancia o escasez en periodos específicos del año, por cuestiones de clima, costumbre, tradiciones. El ciclo de producción del huevo depende, principalmente del ciclo de postura de la gallina.

- **Factores** que intervienen en la producción:
  - · **Alimentación**
  - · **Condiciones ambientales**
  - · **Ingeniería genética**
  - · **Ciclo de postura**
- Una **gallina** empieza a **poner** huevo a las **22** semanas.
- Tiene dos ciclos productivos (de postura), entre los cuales, durante **uno** o **dos** meses, **no produce** huevo, ya que **cambia** de plumaje, en un fenómeno conocido como **pelecha**.
- Cada gallina pone **0.9 huevos al día**.
- Una gallina tiene una vida productiva de **tres** a **cuatro años**.
- Existen alrededor de **200 millones** de gallinas en el país.



El cero representa el promedio anual. En los meses que la línea está por arriba, el precio suele estar más alto que el promedio; si está por debajo, el precio está más bajo que el promedio anual.



El Índice Nacional de Precios al Consumidor muestra un incremento en los precios desde diciembre de 2006 hasta 2009, luego disminuye hasta mayo de 2011. A partir de junio de 2011, la inflación del huevo se coloca por encima de la inflación general, con 4.24% de tendencia a la alza. De septiembre de 2011 a septiembre de 2012 registró un incremento de 40.01%.

Fuentes:
· Unión Nacional de Avicultores (UNA).
· INEGI. Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2010
· Índice Nacional de Precios al Consumidor.

Influenza aviar A H7N3
Comprendiendo una epidemia

Las acciones que autoridades y productores avícolas deben tomar durante una epidemia no son sencillas; y muchas veces se debe elegir lo "menos peor". ¿Sabes cuáles son los criterios y lineamientos que las rigen?

Las epidemias de gripe aviar que se viven en todo el mundo, amén de representar un riesgo sanitario, son también motivo de enormes pérdidas económicas, especialmente en un sector tan dinámico para la economía mexicana como es la producción de huevo.

Las medidas para controlar la epidemia –por drásticas que nos parezcan– están regidas por principios científicos encaminados a reducir la tasa de infecciones y así evitar, incluso, una posible pandemia.

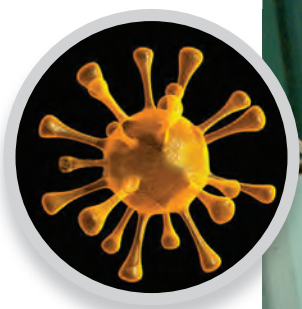
Los pormenores de la gripe aviar

Tres factores presentes en los virus que producen la gripe aviar son los que convierten a esta enfermedad en un riesgo de epidemia o hasta pandemia. Conocerlos es necesario para entender las acciones tanto de prevención como de respuesta ante la aparición de un brote epidémico.

Numerosos virus

Contrario a la creencia popular, no existe un microorganismo único que sea responsable de la gripe, tanto común como aviar. En realidad, se trata de tres tipos de virus pertenecientes a la familia *orthomyxoviridae*, clasificados como A, B o C, dependiendo del antígeno[1] que posean.

A estos tres tipos de virus, debido a que son responsables de estos padecimientos, se les suele llamar influenzavirus. Aunque los tres pueden afectar al ser humano, solamente los de tipo A pueden provocar infecciones de forma natural en las aves y, a diferencia



El nombre de "gripe del pollo" que recibe la influenza aviar se debe a que las aves domésticas son las más susceptibles de desarrollarla

de los tipos B y C, también son los únicos que poseen cuantiosos serotipos[2]. Dichos subtipos del tipo A se clasifican de acuerdo con el acomodo de dos proteínas en su estructura: la hemaglutinina y la neuraminidasa.

Al haber 16 tipos de hemaglutinas y 9 subtipos diferentes de neuroaminidasa, existen hasta 144 combinaciones posibles. Esto es relevante porque si el organismo genera "defensas" contra un serotipo de gripe aviar, volverá a contraer influenza si entra en contacto con un serotipo distinto.

Así pues, aunque todos pueden infectar a las aves, ello no significa que todos puedan provocar la enfermedad. Hasta ahora, de los múltiples serotipos del influenzavirus A que existen, los identificados como más peligrosos son los H5 y H7.

Rápido contagio

Como sabemos, entre los seres humanos podemos contagiarnos de gripe cuando entramos en contacto con secreciones nasales, salivales o bronquiales de personas enfermas. Sin embargo, en el caso de las aves, la principal forma de contagio es a través del excremento.

El sobrenombre de "gripe del pollo" que recibe la influenza aviar se debe a que las aves domésticas (y especialmente las del género gallinácea) son las más susceptibles de desarrollarla, mientras que las aves migratorias son las más propensas a transmitirla sin llegar a padecerla.

La transmisión de las aves portadoras a las gallinas puede realizarse, como se mencionó, a través del excremento, pero también mediante el contacto con otras secreciones, el alimento, agua, o incluso el equipo y ropa de las personas que las atienden y alimentan, pues son bastante resistentes a la temperatura ambiente.

Debido a todo lo anterior, la gripe aviar es fácilmente transmisible, tanto de granja a granja como de territorio a territorio, por lo que los avicultores deben de tener medidas de bioseguridad para evitar que las gallinas tengan contacto con aves silvestres que puedan infectarlas y diseminar el virus entre estas poblaciones generalmente hacinadas.

Tendencia a la mutación

Debido a su estructura genética, la mutación es un fenómeno común en los influenzavirus. Así, un virus catalogado como de baja patogenicidad (es decir, que provoca nulo o poco daño) puede convertirse con el paso del tiempo y el contagio en un virus hiperpatógeno, capaz de diezmar poblaciones enteras de aves, cambiar su forma de transmisión, o hasta infectar a otras especies, como los cerdos o los seres humanos.

Como podemos imaginar, debido a estas tres características, los influenzavirus son –y han sido– protagonistas de epidemias y pandemias a lo largo de la historia. Por ello, organismos internacionales han emitido lineamientos claros sobre las recomendaciones que deben seguir –en el caso de la gripe aviar– las autoridades de sanidad animal y los avicultores.

Uno de los pasos fundamentales es la vigilancia, en la que, mediante muestreos y comunicación constante entre autoridades y avicultores, se puede detectar a tiempo el inicio de un brote infeccioso si se atienden los primeros síntomas.

¿Una gripita?

Dependiendo del nivel de patogenicidad del virus, los síntomas pueden variar. A diferencia de los seres humanos, en los que los órganos más afectados son los relacionados con las vías respiratorias altas, en las gallinas afecta principalmente a los tejidos mucosos. Por ello, además de problemas respiratorios ocasiona daños en los aparatos digestivo y reproductivo, afectando, por ejemplo, la producción de huevo, ya sea disminuyendo o produciendo piezas sin cascarón o sanguinolentas, pues el virus afecta el torrente sanguíneo.

El daño que provoque la gripe aviar dependerá de la patogenicidad del virus y de la salud del individuo, así como de la resistencia inmunológica que tenga, como en el caso de las aves migratorias. Aunque si se trata de un influenzavirus hiperpatógeno, el ave infectada puede morir a las 24 o 42 horas de infectada. De igual manera, el ambiente en el que se encuentran las gallinas –desde el clima hasta el manejo– también puede ayudar o impedir el desarrollo de la enfermedad.

Las vacunas, en este caso, no funcionan como un método preventivo pues, como ya se mencionó, existen numerosas cepas de virus que mutan constantemente, impidiendo conseguir una vacuna que funcione a lar-

[1] Un antígeno es una sustancia producida por los microorganismos que "activa la alarma" de nuestro cuerpo, desencadenando la famosa respuesta inmune para atacar al microorganismo invasor.
[2] Los serotipos son subpoblaciones de una misma especie que se diferencian de otras subpoblaciones por la respuesta inmune que producen.

go plazo para todos los serotipos. Sin embargo, en caso de contingencia se desarrollan o utilizan vacunas para que las gallinas sanas no se infecten del virus que anda circulando (aunque pueden infectarse de otro).

Cuestión migrante

Al ser estos virus transportados por aves migratorias, resulta muy difícil mantener un control estricto de sanidad con la frontera de otros países. Por ello, las granjas avícolas deben adoptar medidas de bioseguridad, como mallas antipájaros y procedimientos que eviten alguna contaminación del exterior por parte de los mismos empleados, como desinfectarse antes de entrar y al salir, o evitar tener alimento regado alrededor de las instalaciones.

De igual forma, los gobiernos e instancias de comercio deben comprometerse a mantener una comunicación transparente y oportuna para reportar el estado de salud de sus aves y así evitar que el virus se propague más allá del territorio, convirtiendo una posible epidemia, en pandemia.

Estos virus, a lo largo de la historia, han sido responsables de cuantiosos daños a la industria y de varios brotes donde aquel ha "pasado" de las aves al ser humano. Por ello, la Organización Mundial de Sanidad Animal (OIE) los considera en su Código de Animales Terrestres, como una enfermedad de notificación obligatoria.

Numerosos países –entre ellos, el nuestro– acatan esta recomendación al pie de la letra para evitar el surgimiento de un posible brote epidémico o, incluso, una pandemia pues, como ya se hizo hincapié, su diseminación es, además de extensa, acelerada.

Elegir lo "menos peor"

Las decisiones que las instituciones gubernamentales deben tomar tras la aparición de un brote epidémico no son fáciles. Amén de contemplar numerosos factores que intervienen en la epidemia, aquéllas deben ser precisas y rápidas para ser efectivas. De ahí que muchas veces se deba optar por, como decimos coloquialmente, el menor de las males.

Debido a las características de los influenzavirus que ya se mencionaron, las acciones deben estar dirigidas a impedir el contagio. Recordemos que como su transmisión y mutación es bastante rápida, se debe montar un cerco sanitario alrededor del área de infección, donde ningún ente que pueda ser portador entre o salga, previniendo que la enfermedad se disemine e infecte a más aves.

En el caso del reciente brote epidémico de virus de la influenza tipo A serotipo H7N3, se realizó un cerco en el área productora de huevo del estado de Jalisco, trabajando de manera conjunta el Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria, la Secretaría de Salud, la Secretaría de la Defensa Nacional, la Secretaría de Comunicaciones y Transportes, así como la Policía Federal Preventiva.

El daño que provoque la gripe aviar dependerá de la patogenicidad del virus y de la salud del individuo, así como de la resistencia inmunológica que tenga

Debido a que se trataba de un serotipo muy agresivo, las gallinas perecían tras 42 horas de haber sido infectadas. Sin embargo, aún así debieron realizarse sacrificios de aves para asegurar que el influenzavirus no permaneciera en alguna de las gallinas que, aunque aparentemente sanas, podrían ser portadoras y desencadenar un nuevo brote.

A pesar de que las vacunas no tienen una función preventiva, durante esta contingencia se desarrolló una para evitar que las gallinas ubicadas en otras regiones productoras del país pudieran contagiarse, agravando la situación.

Para el correcto funcionamiento de estas acciones, además del trabajo coordinado entre dependencias de gobierno, se requiere de la participación de los productores, quienes también deben tomar decisiones difíciles. Por ejemplo, sacrificar a la población adulta de sus granjas que, aunque aún no muestre síntomas, puede ser portadora y enfermar al resto de las aves.

Sin embargo, son decisiones que deben ser tomadas en aras de controlar la contingencia; o en otras palabras de terminar con la trasmisión de la enfermedad para evitar que siga diseminándose, provocando más muertes y desfalcos económicos.

Fuente:
Entrevista a MVZ Hugo Fragoso Sánchez, Coordinador General del Subcomité de Servicios Pecuarios en el Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria (Senasica)

No te dan kilos “de a kilo”

¿Cómo saber si el mercado de tu colonia, la carnicería o la tienda de la esquina te dan cada uno de los gramos por los que estás pagando? Mediante la calibración de instrumentos de medición se puede asegurar que las básculas marquen el peso real de lo que compras.

Vas a la frutería de don Fulano y pides un kilo de limón, otro de fresas, dos de jitomate y medio de uvas. Tomas tus bolsas y te da la impresión de que te dieron muy poquito; don Fulano responde, muy seguro, que es justo lo que tú pediste, y te lo demuestra volviéndolo a pesar; su báscula marca lo que él dice... ¿Estás alucinando?

Como desconfías, decides no volver a esa frutería y divulgas a diestra y siniestra que don Fulano es un “trácala”. No es suficiente, mejor denúncialo ante **Profeco** para que el personal de Verificación le haga una visita de inspección. De esta manera te aseguras de que –si efectivamente es deshonesto– no continúe engañando a otros consumidores, y ayudas a eliminar las prácticas comerciales abusivas que a todos dañan.

Profeco, mediante la verificación del cumplimiento de la Norma Oficial Mexicana **NOM-010-SCFI-1994, Instrumentos de medición – Instrumentos para pesar de funcionamiento no automático – Requisitos técnicos y metrológicos**, comprueba que las básculas empleadas por el proveedor –ya sea productor, intermediario, distribuidor, importador o comerciante al menudeo– en sus transacciones comerciales cumplan tanto en sus características físicas como en su operación, es decir, que funcionen dentro de las tolerancias permitidas y

> “Todo proveedor está obligado a informar y respetar los precios, tarifas, garantías, cantidades, calidades, medidas, intereses, cargos, términos, plazos, fechas, modalidades, reservaciones y demás condiciones conforme a las cuales se hubiera ofrecido, obligado o convenido con el consumidor la entrega del bien o prestación del servicio, y bajo ninguna circunstancia serán negados estos bienes o servicios a persona alguna.”
>
> **Artículo 7**
> **Ley Federal de Protección al Consumidor**

establecidas en dicha NOM, con lo que se asegura que los consumidores reciban kilogramos de un mil gramos.

Además, también revisa que los proveedores no incurran en ninguna de las prácticas comerciales abusivas contempladas en la Ley Federal de Protección al Consumidor, tales como:

- No exhibir precios a la vista del público y en montos totales.
- Alterar los precios exhibidos.
- Condicionar o negar la venta por discriminación.
- No respetar promociones u ofertas como se haya establecido.

Todo cae por su propio peso

Cuando un proveedor viola la ley. **Profeco** aplica sanciones y medidas precautorias:

- Coloca sellos de advertencia a la vista de los consumidores con la leyenda “Este proveedor está siendo sujeto a un procedimiento por posibles infracciones a la Ley Federal de Protección al Consumidor”, a proveedores a los que se les detecte una o varias fallas, y que, aunque se les haya indicado que las subsanaran en los cinco días posteriores a la inspección, persistan en incurrir en tales irregularidades.
- Inmoviliza el instrumento de medición. Si durante la visita de Verificación el instrumento no cumple con las tolerancias establecidas en la NOM, o si el proveedor no realiza la calibración anual de sus básculas antes del primero de junio del año en curso, como lo establece la ley, se le coloca al instrumento de medición un sello que dice “Inmovilizado”, con el fin de que no se pueda seguir utilizando en perjuicio de los consumidores.

Programa Especial de Verificación y Vigilancia

Las verificaciones se llevan a cabo ya sea por atención a una denuncia o en el transcurso del año, en los periodos de alto consumo, con motivo de:

- Día del Amor y la Amistad
- Día del Niño
- Día de la Madre
- Casas de empeño
- Vacacional y turístico
- Fiestas patrias
- Día de Muertos
- Fiestas decembrinas

Si encuentras a un proveedor que no da “kilos de a kilo”, denúncialo al Teléfono del Consumidor: 5568 8722 (DF y área metropolitana), 01 800 468 8722 en el resto del país.
También puedes mandar un correo electrónico a denunciasprofeco@profeco.gob.mx

¿Qué fue primero, el sabor o la nutrición?

En la mañana, rancheros. A medio día, sobre el arroz. En la cena, estrellados. Si es fin de semana, bien cocidos en un día de campo. Y sin notarlo, está presente en salsas, pastas, panes y confites. El huevo es, en pocas palabras, el verdadero ajonjolí de todos los moles. ¿Sabes todo lo que te aporta y qué calidad te ofrecen las marcas comerciales? Descúbrelo aquí.

El Laboratorio Profeco reporta

Huevo fresco de GALLINA

El huevo no sólo es protagonista de nuestros platillos, también lo es de la economía nacional. Durante la última década, la industria avícola creció a una tasa media anual de 2.7%, produciendo, tan sólo el año pasado, más de 2.53 millones de toneladas de huevo, una cifra récord en la historia de la avicultura mexicana.

Y no es para menos. Los mexicanos somos los mayores consumidores de huevo fresco (también llamado "para plato") de todo el mundo, consumiendo alrededor de 22.4 kilogramos de huevo por persona en 2011. Se trata de una gran demanda que es satisfecha casi exclusivamente con la producción nacional, pues el comercio exterior de este producto es inferior al 1% de la oferta en el país.

¿Y a qué se debe la popularidad del huevo? En este reporte del Laboratorio Profeco te contamos las bondades y maravillas que encierra su cáscara, así como los resultados de nuestro análisis a marcas comerciales.

Gallo, gallina... ¿qué tanto aporta un huevo?

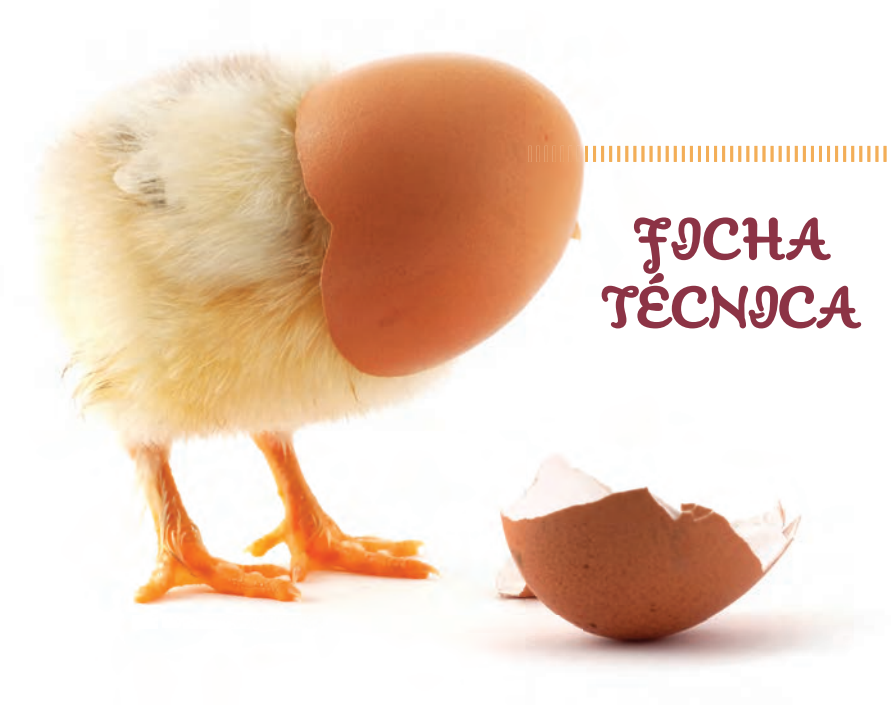
Dicen que hay combinaciones ideales. Y en el huevo parece cumplirse el dicho pues, además de contener una cantidad considerable de proteínas y vitaminas, su aporte energético es bajo (alrededor de 130 kilocalorías en 100 gramos). Algunas de las vitaminas que aporta este producto son la A, B2, B12, D, E, entre otras, además de minerales como el fósforo, selenio, hierro, yodo y zinc. Sin embargo, a últimas fechas se ha puesto especial atención en su aporte de carotenoides, a saber, luteína y zeaxantina, que, entre otras funciones, previenen la degeneración macular en nuestros ojos, una enfermedad relacionada con la edad, en la que las personas pierden gradualmente la vista.

Aunque, como sabemos, el contenido de colesterol en este producto es alto, no debemos asociarlo con el aumento de posibilidades de padecer trastornos cardiovasculares, pues al contener muy pocas grasas saturadas, el huevo nos aporta colesterol "bueno"; es decir, aquel que no se concentra en nuestras arterias y que necesitamos en el día a día.

Debido a estas bondades, alrededor del mundo se le ha considerado como una fuente de proteína "económica" ya que, a pesar de que su precio está sujeto a la fluctuación del mercado, se mantiene generalmente debajo de los niveles de otros alimentos ricos en estos nutrientes, como las carnes rojas.

Este aporte nutrimental tan generoso se debe, en gran medida, a las funciones que cumple cada uno de los elementos de su estructura, los cuales, bajo condiciones de fertilidad, pueden desembocar en una cría, pero que, muchas veces, resultan en un producto infértil y sujeto a consumo humano.

Por todo ello, vale mucho la pena conocer más a fondo el universo que se oculta dentro de un huevo.



FICHA TÉCNICA

PERIODO DEL ANÁLISIS
31 de julio al 14 de septiembre de 2012

PERIODO DEL MUESTREO
31 de julio de 2012

MARCAS ANALIZADAS
18

PRUEBAS REALIZADAS
3564

Huevo orgánico, ¿la nueva moda?

Aunque su presencia en el mercado nacional aún es tímida, los productos orgánicos van poco a poco "haciéndose cancha" en los anaqueles de los supermercados. Conservas, vegetales y huevo comienzan a seducir a nuevos consumidores ávidos por productos más naturales, nutritivos, ecológicos, socialmente responsables. ¿Pero podrán encontrar todo esto en un producto orgánico?

Como muchos de los bienes que consumimos, los alimentos orgánicos están rodeados de prejuicios, tanto positivos como negativos –pero prejuicios, a final de cuentas– que poco abonan a un consumo informado. Y la única forma de ponerle remedio a esta situación es informándonos, para saber si el precio que pagaremos por estos alimentos será proporcional a los beneficios que esperamos obtener de él.

¿Cuál es la diferencia?

Como el resto de los alimentos orgánicos, se trata de un producto libre de organismos genéticamente modificados (transgénicos), metales pesados y plaguicidas, antibióticos u otros químicos añadidos, tales como pigmentos y hormonas. Sin embargo, en el caso específico de los huevos, para ser certificados como orgánicos no sólo es importante el alimento con el que son alimentadas las gallinas, sino también la manera como son criadas.

A diferencia de los métodos industriales, las gallinas que producen huevo orgánico pasan parte de su vida en libertad en vez de jaulas; se ejercitan, habitan ambientes equipados con medidas de bioseguridad para evitar enfermedades, su ciclo de sueño y vigilia es determinado por la luz natural –y no artificial–, poseen más espacio, y su integridad física es protegida (no se les cortan las alas, sus patas no sufren lastimaduras con el piso de reja, ni su pico es quemado para evitar que se ataquen por el estrés que sufren).

Desafortunadamente (para los consumidores) estas prácticas más humanitarias repercuten en el volumen de producción, provocando que el costo final del producto se eleve hasta tres veces por encima de los producidos a nivel industrial o en traspatio. De ahí que muchos consumidores lo piensen antes de comprar estos productos que, más allá de la regulación existente para la denominación de orgánico, cumplen con todas las medidas de inocuidad y calidad que el resto de los huevos en el mercado.

¡Muy nutritivos!... como el resto de los huevos

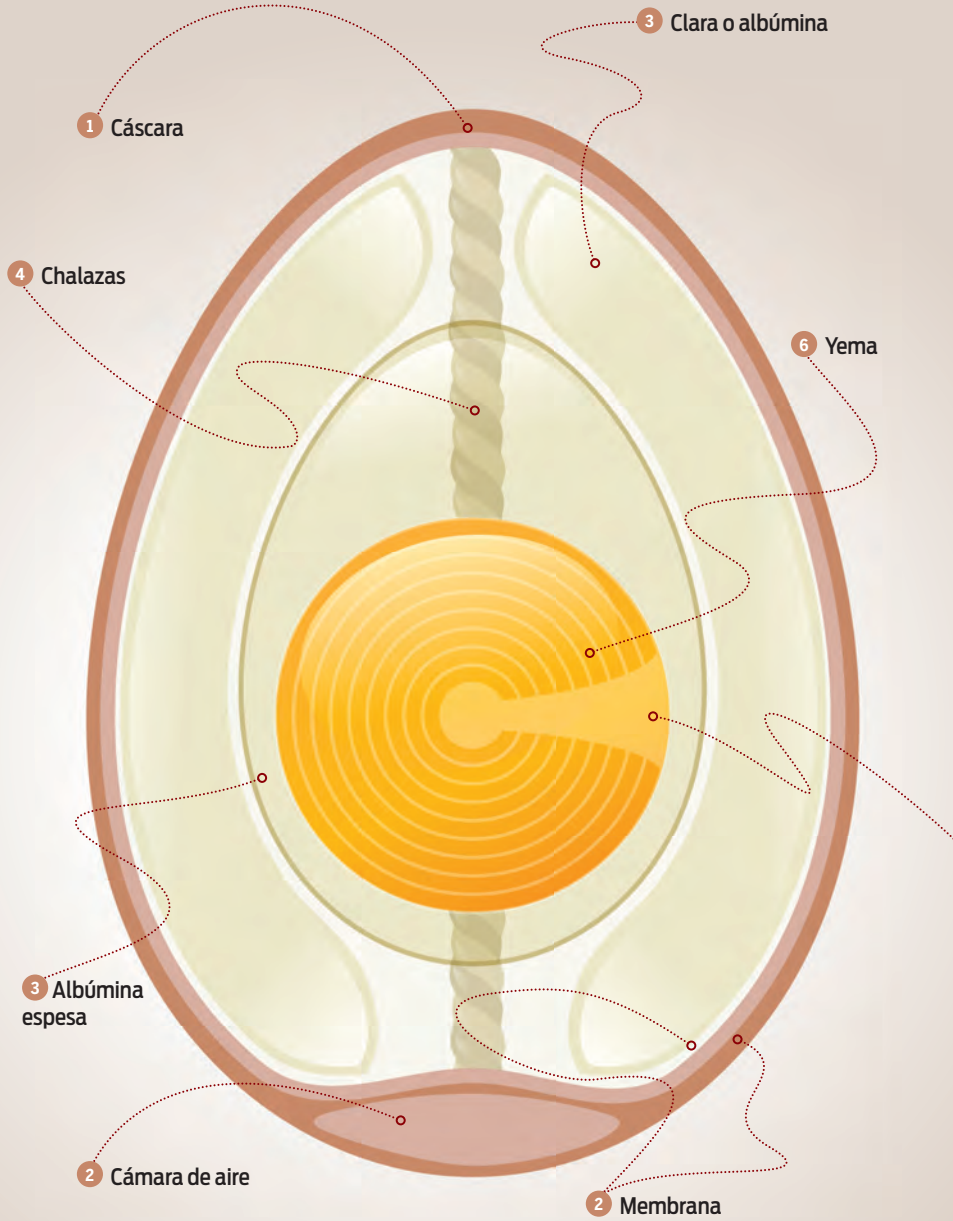
Tal y como puedes comprobar en los resultados de este estudio de calidad, la variación nutrimental entre los huevos orgánicos y los de producción industrial es poco significativa. Contrario a lo que muchos piensan, los productos orgánicos no necesariamente aportan más nutrimentos que los industriales; no obstante, pueden existir variaciones organolépticas (es decir, que percibimos con los sentidos), aunque no siempre son detectadas por todos los consumidores.

Entonces, ¿qué es lo que adquieres cuando compras un producto orgánico? Además de la seguridad de que no posee químicos añadidos –como fertilizantes o colorantes–, estás apoyando a empresas que han decidido tener un trato más humano hacia los animales y el medio ambiente. Y, en muchas ocasiones, hacia la localidad, pues en México la mayoría de las empresas productoras son pequeñas, medianas, e incluso microempresas o cooperativas indígenas que han decidido adoptar este modelo de producción para volverse competitivas en el mercado nacional e internacional.

Radiografía de un huevo

Todo el asombro del mundo cabe en un cascarón sabiéndolo acomodar. La compleja arquitectura interna de un huevo nos recuerda las fortalezas de la Antigüedad, en las que una serie de barreras buscaba impedir el avance del enemigo, que, en este caso, son microorganismos en pos de los nutrientes que alberga la yema.

Para quienes hemos tenido poco o nulo contacto con estas aves, quizá nos resulte sorprendente saber que los huevos que consumimos provienen de gallinas que en ningún momento han estado en contacto con los machos de su especie. Sin embargo, tanto el huevo fértil (el que "trae pollito") como el que consumimos en el supermercado (también llamado "infértil") siguen un proceso de formación similar y cuentan (al menos en un principio) con la misma estructura:



1 Una muralla de calcio

De todas las barreras que tiene, el cascarón es la primera y más obvia. Está compuesta principalmente de calcio (sales de carbonato cálcico, fosfato cálcico y proteínas, para ser más específicos). En el caso de contener un embrión –es decir, cuando el huevo no está destinado a consumo humano–, el cascarón aportará todo el calcio que necesitará el polluelo para formar sus huesos.

Contrario a lo que pensamos, la superficie de esta estructura es porosa, teniendo entre 7 y 15 mil poros encargados de mantener el intercambio gaseoso con el exterior (es decir, del oxígeno y dióxido de carbono que el polluelo necesita y produce).

La cara externa del cascarón está recubierta por una capa de queratina llamada cutícula. Su función es "sellar" los poros, evitando que el interior pierda humedad y dificultando la entrada de microorganismos. La cara interior, por otro lado, es más delgada, y conforme se incuba el embrión, va adelgazando aún más. Por ello, cuando el pollo está listo para salir puede romper el cascarón a picotazos con relativa facilidad.

2 Cámara de aire y membranas

Los huevos tienen dos membranas, una adherida a la albúmina o clara densa, y otra al cascarón. Ambas ayudan a la formación de la cámara de aire, una estructura vacía que le permite al polluelo moverse, intercambiar oxígeno y dióxido de carbono, además de servirle como "tanque de oxígeno" cuando está intentando salir del huevo.

En un huevo cocido puedes observar estas estructuras. La membrana es esa cutícula que se forma entre el cascarón y la clara; la cámara de oxígeno la hallarás en el extremo más ancho del huevo, ahí donde queda un hueco. Como leerás más adelante, esta última estructura es de mucha utilidad cuando queremos saber qué tan fresco es un huevo, pues conforme envejece, este espacio "vacío" aumenta su tamaño.

3 Clara o albúmina

La clara (también llamada albúmina) tiene entre sus funciones alimentar al embrión y mantener el disco germinativo (la estructura que dará lugar al embrión) lejos de las paredes del cascarón, donde podrá formarse y crecer sin contratiempos.

La clara es un medio prácticamente líquido formado en un 10% por proteínas, además de contener vitaminas y minerales. Debido a que su consistencia no es uniforme, podemos diferenciar capas. Una de ellas, conocida como albúmina espesa, además de ser proveedora de nutrientes en las primeras etapas, funciona como un amortiguador, protegiendo la integridad del embrión.

4 Chalazas

¿Te has preguntado por qué la yema de un huevo fresco siempre se mantiene en el centro? La respuesta –además de en la albúmina– está en las chalazas. Se trata de cordones blanquecinos situados en los extremos longitudinales del huevo. Este par de "cables" se adhieren a la yema y la mantienen quieta. Si el producto es muy fresco, puedes verlas en la sartén.

5 Germen o disco germinativo

Seguramente, al romper un huevo sobre la sartén te habrás dado cuenta de que la yema tiene una mancha blanca, redonda y opaca en su superficie. Se trata del disco germinativo o germen, una estructura similar a la que se forma tras la unión del óvulo y el espermatozoide humanos.

6 Yema

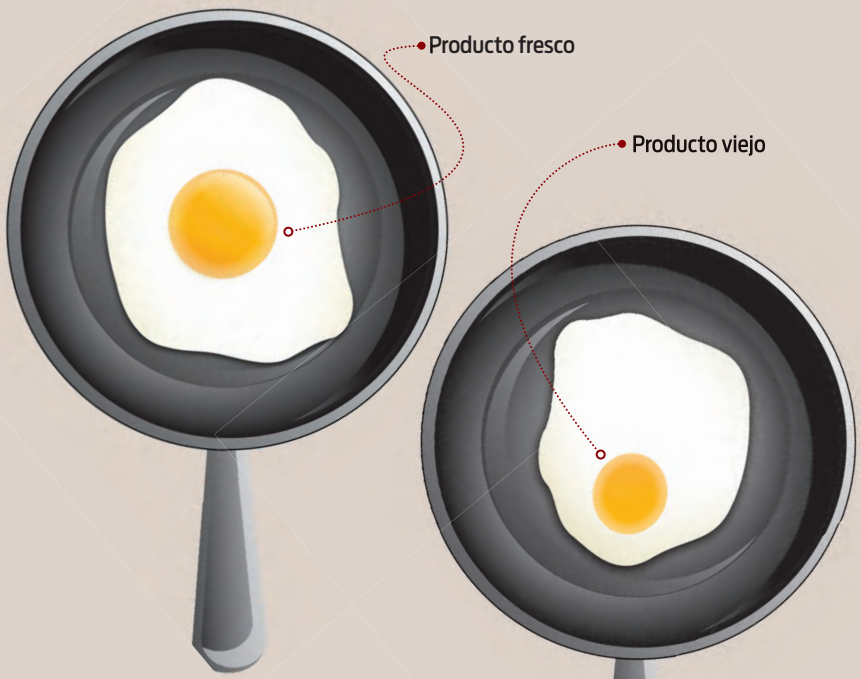
Es una bolsa esférica amarilla que, al igual que la albúmina, funciona como almacén de nutrientes para el embrión. Está compuesta de agua (50%), grasa (39%) y proteína (20%). Aunque se trata de una reserva de comida, el embrión no alcanza a agotarla durante su gestación. Antes de romper el cascarón esta estructura se introduce en su estómago con el fin de que cuente con nutrientes para sus primeros días de vida.

¿Todavía estará fresco?

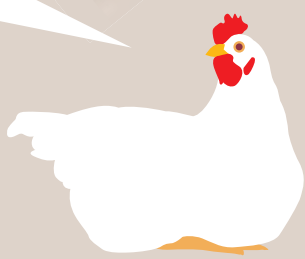
A diferencia de otros alimentos que dan muestras evidentes de envejecimiento, el huevo parece gozar de una inagotable lozanía. No obstante, en algunas ocasiones basta abrirlo para darnos cuenta de que no es cierto (y de que quizá ya no nos apetezca comerlo).

Si alguna vez te has preguntado por la frescura de un huevo, basta con revisar la fecha de caducidad impresa en el empaque. Si por algún motivo no lo tienes a la mano (o si lo compras a granel), existen métodos caseros para comprobar su fiabilidad.

La forma más común es al quebrarlo sobre una superficie (como la sartén, por ejemplo). Cuando un producto está fresco, la clara es densa y se mantiene compacta o "recogida", de manera que la yema permanece fija en el centro. Por el contrario, cuando la clara es muy líquida y la yema está descentrada y muestra poco volumen, se trata de un producto viejo.



¿Por qué sucede esto? Como recordarás, las chalazas (los cordones blanquecinos en el esquema) y la parte más densa de la clara (albúmina densa) se encargan de mantener a la yema en su lugar. Cuando el producto es fresco, las chalazas son fuertes y promimentes, y la clara, por su parte, es espesa. Sin embargo, conforme el producto envejece, ambas partes comienzan a perder sus atributos, dejando que la yema se mueva.

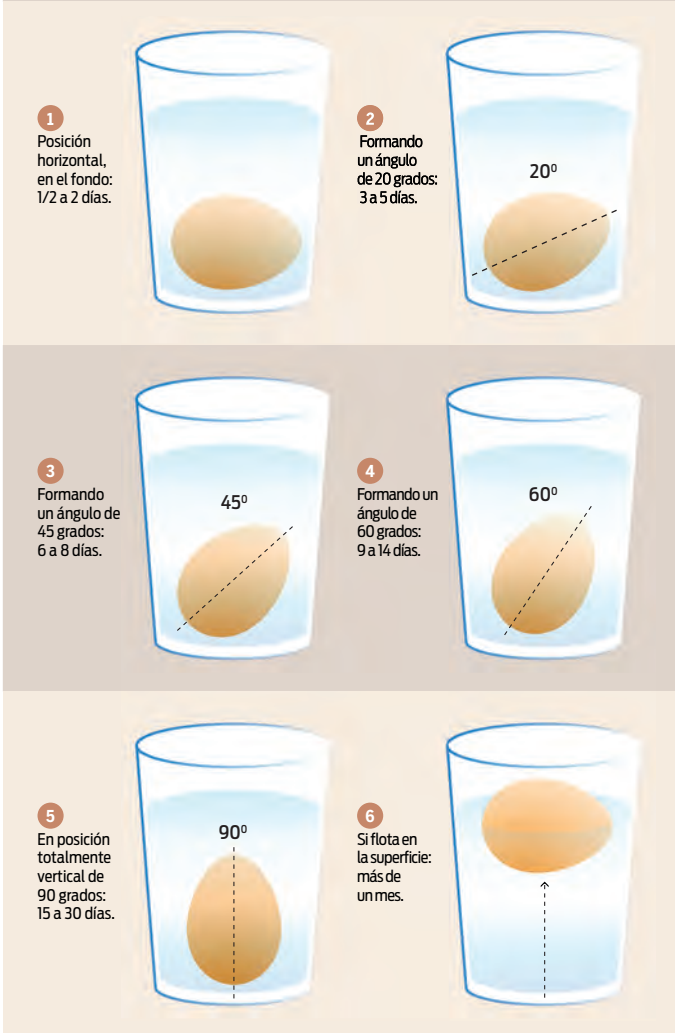


Continuación

Continuación

El resultado de este experimento casero se debe a la famosa cámara de aire. Como se explicó anteriormente, ésta es muy pequeña al momento de que el huevo es puesto, pero, conforme pierde humedad, va creciendo, provocando que al sumergirlo en el agua lo haga flotar, como si se tratara de una embarcación (pues básicamente opera por el mismo principio físico).

Existen formas científicas de comprobar la frescura del huevo. Sin embargo, debido a la fragilidad de este producto es difícil tener una medición exacta más allá de las primeras 24 horas de haber sido puesto.



No te pierdas en nuestro próximo número los **estudios de impresoras de inyección de tinta y detergentes.** Búscalo en los puntos de venta.

Invasores microscópicos

Cuando decimos que alguien es "tan frágil como un huevo", nos llega a la mente la imagen del cascarón quebrándose. No obstante, existen más razones para considerarlo como un producto delicado que requiere de un manejo específico (tanto de productores como de consumidores) para evitar riesgos sanitarios.

De acuerdo con la Agencia de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) estadounidense, el consumo de huevo contaminado con un género de bacterias llamado salmonella es la causa más común de intoxicación por alimentos en aquel país. Anualmente se reportan más de 142 mil casos de enfermedades relacionadas con estos microorganismos, como la salmonelosis.

Este género de bacterias suele estar presente en la cáscara de frutas y verduras que están en contacto con la tierra, la carne cruda y la superficie de los huevos. En el caso de este último producto, la contaminación sucede al momento en que el cascarón entra en contacto con el excremento de las gallinas.

Para garantizar su sanidad, organismos nacionales e internacionales han dispuesto normas de higiene y salubridad que deben seguir al pie de la letra tanto productores como comercializadores. Y también consumidores...

Gracias a su estructura, el huevo presenta cierta resistencia natural a permitir que este género de bacterias se replique en su interior. Sin embargo, la mejor forma de evitar contraer alguna enfermedad relacionada con estos microorganismos es a través de su correcto almacenamiento y preparación.

Las bacterias salmonella, aunque pueden sobrevivir a las condiciones del medio ambiente, no soportan temperaturas mayores a los 72 °C. Freír o hervir los huevos son formas de eliminar a la bacteria desde la sartén. También, al momento de elegir el producto que llevaremos a casa, conviene no elegir piezas que estén sucias o con el cascarón quebrado, pues aumentan las posibilidades de que contengan un elevado número de estas bacterias.

No ingerir el huevo crudo también es otra forma de evitar riesgos. En el caso de alimentos que lo utilizan para su preparación (como la mayonesa casera o las salsas para pasta), conviene extremar las medidas de higiene y conservar el producto en refrigeración.

Si por algún descuido hemos comprado una pieza sucia, lo más recomendable es limpiar con un trapo húmedo el producto antes de consumirlo (y procurando que sea de los primeros en ser consumido y cocinado a la temperatura arriba indicada). En el caso de que su cascarón esté roto o cuarteado, lo aconsejable es no consumirlo.

EL ESTUDIO

El Laboratorio Profeco analizó la calidad de 18 marcas de huevos (12 de variedad blanca y seis roja) adquiridos en establecimientos comerciales del Distrito Federal. Al momento de su compra se revisó que los productos se encontraran dentro de la fecha de caducidad y que ninguna pieza estuviera rota o sucia; tal y como tú los elegirías en el supermarcado o en la tiendita de la esquina.

En las instalaciones del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, se verificaron los siguientes aspectos:

Información al consumidor. En el caso de productos envasados (es decir, vendidos en paquetes y no a granel o por kilo), se verificó que el etiquetado incluyera información sobre su denominación (huevo rojo, blanco, orgánico, etcétera), marca, razón social, nombre y domicilio del fabricante o comercializador, además de número de lote, fecha de caducidad y contenido.

Esta información, aparentemente ajena a la calidad del producto, es muy importante. Nos da certeza como consumidores sobre quién deberá responsabilizarse por la calidad (o falta de) en los productos. Por ello, como en el resto de nuestros estudios, también se verificó que la información declarada fuera veraz y no indujera al error o confusión.

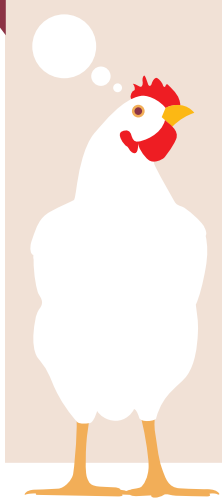
Composición nutrimental. En otras palabras, revisamos el valor nutricional de cada marca de huevo. Para llevarlo a cabo, se determinó:

A. Contenido de proteína y grasa.
B. Composición de la grasa, comprobando el contenido de ácidos grasos saturados, monoinsaturados y poliinsaturados, incluyendo los famosos omega 3.
C. Contenido de colesterol.

Calidad sanitaria. Se realizó un análisis microbiológico completo para descartar la presencia de microorganismos (como la salmonella spp, por ejemplo), que podrían provocar la descomposición del interior del huevo. Recuerda que aunque este alimento está protegido por el cascarón, puede contaminarse si no se aplican los controles sanitarios adecuados.

Los estudios de calidad e investigaciones realizados por **Profeco** pueden ser reproducidos por terceros siempre que lo sean en su totalidad y sin fines publicitarios o comerciales.

¿Y la frescura?



Quizá te resulte extraño que entre los criterios utilizados para determinar la calidad de estos productos no figure la "frescura". Verificar este aspecto en el laboratorio entraña dificultades que pueden interferir con la objetividad de nuestros resultados.

Generalmente, para medir la frescura, los productores avícolas emplean el método de unidades Haugh. Este sistema consiste, a grandes rasgos, en realizar cálculos a partir de la medición de la altura de la albúmina (la clara cruda) localizada entre la yema y el borde exterior de la clara más densa, y considerando el peso del huevo.

Este procedimiento suele realizarse durante las primeras 24 horas tras haber sido puesto. Después de este periodo se corre el riesgo de obtener lecturas parciales y poco objetivas debido a la enorme cantidad de variables que pueden afectar al producto. Por ejemplo, la edad de la gallina; alguna falla en el empaque o transporte; deficiencias en el almacenamiento del punto de venta; rupturas en la cadena de frío; etcétera.

Cuando el Laboratorio Profeco realizó la medición de esta característica con el método de unidades Haugh, se encontró un sinfín de diferencias en el mismo lote de una sola marca, volviéndose imposible de evaluar con objetividad.

La mejor forma de comprobar la frescura del huevo en casa es a través de los métodos descritos en la introducción a este estudio, y procurando seguir las recomendaciones de compra y uso que incluimos en este reporte.

HUEVO ROJO

*Con base en el peso promedio determinado por marca.

Marca, denominación, presentación	Información al consumidor	Peso promedio 20 huevos (g)	Grasa g por huevo*	Proteína g por huevo*	Colesterol mg por huevo*
RICOMER Huevo orgánico 12 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado. No demuestra que es orgánico.	56	5.8	7.8	249
Dorado Huevo rojo seleccionado 30 piezas	Completa	62	6.4	8.7	348
Bachoco Huevo rojo seleccionado 12 piezas	Completa	61	6.1	8.4	330
Avícola Tehuacán Huevo rojo 18 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado. No cumple con ser bajo en grasas saturadas y bajo en calorías conforme a la NOM-086-SSA-1994.	61	5.7	7.6	337
San Juan Huevo rojo 18 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado.	61	6.5	8.0	376
Soriana Huevo rojo 12 piezas	No presenta información que demuestre que el producto es calidad México Extra, ni la leyenda "¡Siempre fresco!".	60	6.2	8.1	321

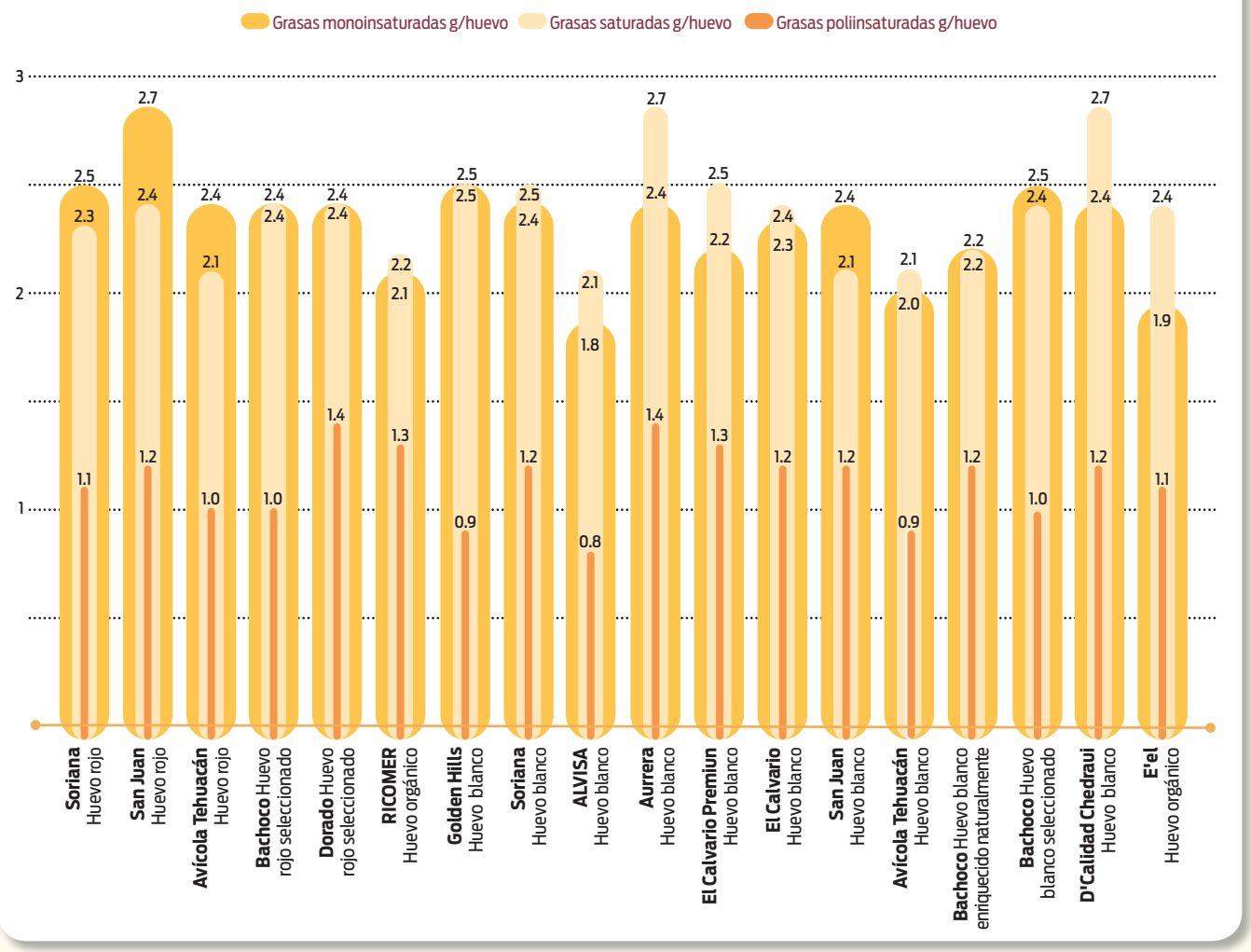
HUEVO BLANCO

*Con base en el peso promedio determinado por marca.

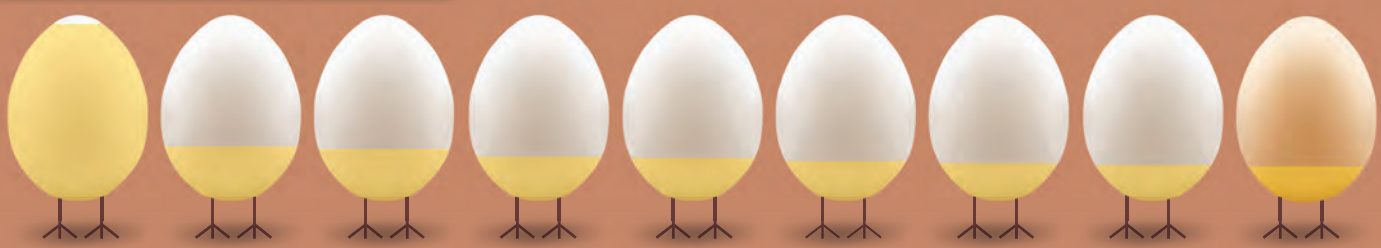
Marca, denominación, presentación	Información al consumidor	Peso promedio 20 huevos (g)	Grasa g por huevo*	Proteína g por huevo*	Colesterol mg por huevo*
E'el Huevo orgánico 12 piezas	No contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado. El producto demuestra ser orgánico. (Ver recuadro "Huevo orgánico").	58	5.6	7.8	275

D'Calidad Chedraui Huevo blanco 30 piezas	No contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado.	61	6.4	8.0	364
Bachoco Huevo blanco seleccionado 12 piezas	Completa	56	6.1	7.8	336
Bachoco Huevo blanco enriquecido naturalmente 12 piezas	Completa	56	5.8	7.8	334
Avícola Tehuacán Huevo blanco 18 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado. No cumple con ser bajo en grasas saturadas y bajo en calorías conforme a la NOM-086-SSA-1994.	52	5.3	6.7	274
San Juan Huevo blanco 12 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado.	56	5.8	7.8	315
El Calvario Huevo 18 piezas	La información presentada no demuestra que es "La única empresa avícola mexicana certificada en ISO 9001 y 22000".	61	6.0	8.6	303
El Calvario Premium Huevo 12 piezas	No contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado. Presenta cuadro comparativo de vitaminas entre el huevo de El Calvario Premium contra un huevo normal, del que no demuestra los valores comparativos de algunas vitaminas.	61	6.2	8.3	353
Aurrera Huevo blanco 12 piezas	La tabla nutrimental no contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado.	59	6.7	8.3	329
ALVISA Huevo blanco 30 piezas	No contiene todos los requisitos que exige la norma de etiquetado para un producto preenvasado.	50	4.9	6.9	297
Soriana Huevo blanco 30 piezas	No presenta información que demuestre que su producto es México Extra.	59	6.3	8.2	349
Golden Hills Huevo blanco 30 piezas	La información presentada no demuestra que su producto es México Extra.	60	6.0	7.8	366

Composición de ácidos grasos presentes en la grasa del huevo



Omega 3 (mg/huevo)



288	93	90	75	72	64	62	61	60
Bachoco Huevo blanco enriquecido naturalmente	**El Calvario Premium** Huevo blanco	**Aurrera** Huevo blanco	**El Calvario** Huevo blanco	**D'Calidad Chedraui** Huevo blanco	**E'el** Huevo ogánico	**Soriana** Huevo blanco	**Soriana** Huevo rojo	**Bachoco** Huevo rojo seleccionado

El huevo no te romperá el corazón

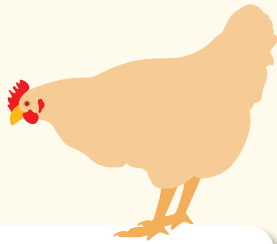
Seguramente habrás escuchado en más de una ocasión que con el huevo "hay que irse con cuidado". Debido al generoso aporte de colesterol que contiene la yema, muchas personas han preferido desterrarlo de su dieta antes que sufrir algún trastorno cardiovascular como la hipercolesterolemia (literalmente, un elevado índice de colesterol en la sangre); y otras prefieren sólo consumir la clara, perdiéndose de la mayor parte de nutrientes que aporta.

Pero, ¿te has preguntado si su "mala fama" tiene sustento?

De acuerdo con Josefina Morales de León, jefa del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, se trata de una mala interpretación de estudios realizados en la década de los setenta, en los que, tras concluir que existía una relación directa entre el aumento de colesterol sanguíneo y el consumo de carnes, se extendió el diagnóstico a todos los productos derivados de los animales, incluido el huevo.

Sin embargo, a pesar de su origen, este alimento contiene muy pocas grasas saturadas, a diferencia de la carne, por ejemplo. Esto es importante porque se ha observado que este tipo de grasas incrementa las lipoproteínas de baja densidad (el llamado colesterol "malo"), y con ello la posibilidad de padecer algún trastorno cardiovascular, pues este colesterol "malo" no se excreta (como sucede con el "bueno"), sino que se almacena en las arterias.

Basta recordar que un alimento por sí solo no puede ser responsable de algún padecimiento como el sobrepeso, la obesidad o la diabetes; la responsable siempre será nuestra dieta, lo que consumimos día a día, entre otros factores, como la cantidad de actividad física que realizamos. Aunque existen casos particulares en los que su consumo debe limitarse (en ciertas enfermedades, por ejemplo), en términos generales podemos comer huevo en la cantidad o con la frecuencia con la que consumimos otros alimentos. Tal y como lo indica el Plato del Bien Comer: debemos diversificar nuestra dieta. Entre mayor variedad de alimentos consumamos, mayor variedad y calidad de nutrientes tendremos.



Normatividad

Las normas que se emplearon como referencia en el estudio son las siguientes:

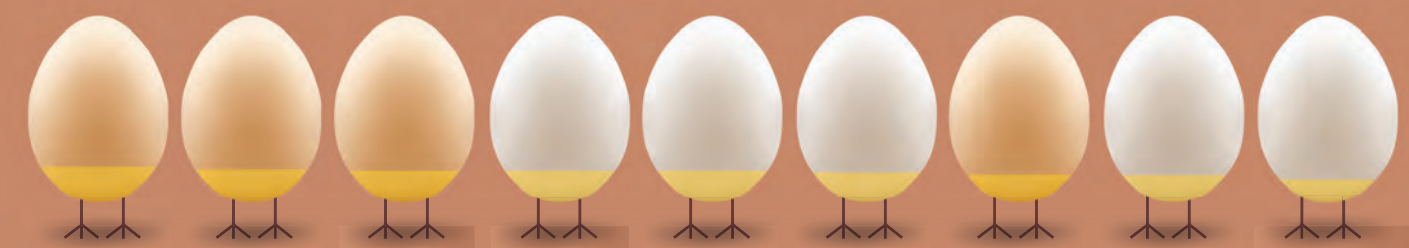
NOM-051-SCFI/SSA1-2010
Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados – Información comercial y sanitaria.

NOM-086-SSA1-1994
Bienes y servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones nutrimentales.

NOM-159-SSA1-1996
Bienes y servicios. Huevo, sus productos y derivados. Disposiciones y especificaciones sanitarias.

NMX-FF-079-SCFI-2004
Productos avícolas – Huevo fresco de gallina – Especificaciones y métodos de prueba.

Recibe mensualmente en tu correo electrónico la Tecnología Doméstica, el Platillo Sabio, nuestros estudios de calidad y los precios del gas. Comunícate al **Teléfono del Consumidor** para suscribirte sin costo alguno. Llama al 5568 8722 desde el DF y Área Metropolitana, o al 01800 468 8722 desde el resto del país.



58	57	56	51	51	48	46	45	39
San Juan Huevo rojo	**RICOMER** Huevo orgánico	**Dorado** Huevo rojo seleccionado	**San Juan** Huevo blanco	**Bachoco** Huevo blanco seleccionado	**ALVISA** Huevo blanco	**Avícola Tehuacán** Huevo rojo	**Avícola Tehuacán** Huevo blanco	**Golden Hills** Huevo blanco

Recomendaciones de compra y uso

Antes de pagar, revisa. Para que no lleves polizones microscópicos a casa, verifica que todos los huevos del paquete tengan el cascarón limpio (es decir, sin materia fecal en la cáscara), y que no presenten fisuras o estén rotos.

No rompas la cadena. Aunque por lo general este producto no se dispone en refrigeradores para su venta, procura comprarlo al final del mandado. El huevo es muy sensible a los cambios de temperatura bruscos (sobre todo al calor) y también al movimiento. Al igual que con otros alimentos, conviene no hacer paradas del súper o mercado a la casa, sino ir directo y almacenarlo en cuanto llegues para preservar su frescura.

¿En huevera o refrigerador? Tradicionalmente, las canastillas o hueveras han sido el lugar predilecto de la cocina para almacenar el huevo. No obstante, este alimento se conserva en mejores condiciones cuando no se expone a cambios bruscos de temperatura o al calor. La opción más recomendable para conservar su frescura y prevenir su descomposición es refrigerarlos. Procura guardarlos en su empaque o, en su defecto, alejados de otros productos que puedan "pegarle" su olor. Si vas a almacenarlo en una huevera, procura que esté en un lugar seco y oscuro, y que el extremo con el diámetro más pequeño quede mirando "hacia abajo" (esto para que la yema no se pegue a la cámara de aire).

Sin mácula. Al freír o cocinar los huevos, procura que no quede en la yema algún trozo de cascarón. Recuerda que su ingesta cruda puede producir salmonelosis debido a las bacterias que, además de la clara, pueden permanecer en el cascarón.

¿Ya checaste tu colesterol? Cuando hablamos del nivel de colesterol en la sangre, inmediatamente pensamos en alimentos como el huevo. Si tienes algún problema de salud relacionado con este indicador, consulta con tu médico para saber la pertinencia de consumir este producto. Recuerda que cada organismo responde de forma distinta.

Dale una oportunidad a lo orgánico. ¿Sabías que existen huevos orgánicos? Así como hay productos enriquecidos, también los hay de "gallina libre", orgánicos y otras denominaciones. En este estudio te presentamos algunas de las tantas opciones que existen en el mercado. Si deseas probar, ten en cuenta que este tipo de productos generalmente tiene un precio mayor.

Lo que encontramos

Omega 3

La marca Bachoco huevo blanco enriquecido naturalmente destacó por contar con alrededor de cinco veces más ácido omega 3 que el resto de los productos evaluados. El contenido de este ácido graso en toda la muestra varió entre los 39 y 288 miligramos por huevo. Pero no te dejes apantallar. Existen otros alimentos en el mercado que contienen cantidades muy superiores de este nutrimento. 100 gramos de atún o sardinas pueden llegar a proporcionarte hasta 4,000 miligramos de omega 3.

Información al consumidor

Dicen que "cae más rápido un hablador que un cojo". En el estudio encontramos marcas que no cumplen lo que declaran en su etiqueta. Toma nota:

- La marca Avícola Tehuacán se ostenta como un producto "bajo en grasas saturadas" y "bajo en calorías". Sin embargo, su aporte nutrimental es superior al especificado en la norma oficial NOM-086-SSA1-1994[1], por lo que sus productos no pueden ser considerados como bajos en grasas saturadas y calorías.
- Las marcas Soriana y Golden Hills declaran en su etiquetado ser productos "Calidad México Extra" sin poder demostrarlo en el laboratorio, al no cumplir lo establecido en la norma mexicana NMX-FF-079-SCFI-2004[2].
- Hay marcas que usan leyendas exageradas. Por ejemplo, la marca El Calvario se ostenta como la "Única empresa avícola mexicana certificada en ISO 9001 y 22000". Sin embargo, aunque realmente cuenta con ambas certificaciones, no puede demostrar ser la única.

Calidad sanitaria

Para evaluar este rubro nos basamos en las especificaciones y métodos de prueba contenidos en la norma oficial NOM-159-SSA1-1996. Nos complace reportar que no se encontró algún incumplimiento.

Referencias:

[1] En la norma oficial NOM-086-SSA1-1994 se establece que un producto se considera "bajo en calorías" cuando su aporte energético es menor o igual a 40 calorías por porción. De igual forma, un producto podrá ostentarse como "bajo en grasa saturada" cuando su aporte sea igual o menor a 1 g por porción y cuando no más del 15% de la energía que brinda provenga de este tipo de grasa.

[2] En la norma mexicana NMX-FF-079-SCFI-2004 se establece una clasificación de diferentes grados de calidad. A saber, México Extra, México 1, México 2 y Fuera de clasificación. Para determinar el grado de calidad se verifican aspectos como la limpieza del cascarón, la cámara de aire, el número de unidades Haugh, entre otros.

Mitos y realidades del huevo

1 Los huevos de cáscara roja son más nutritivos que los blancos.

MITO: El color de la cáscara no está relacionado con su aporte nutrimental, calidad, o sabor. El color varía según la raza de las gallinas, existiendo incluso huevos de tonos azules y verdes puestos por la raza araucana o mapuche, originarias de Chile y Argentina. El sabor y aporte nutrimental dependen más de la alimentación que de la raza del animal.

2 Entre más naranja sea la yema, más nutritivo y de mejor calidad es el huevo.

MITO: Contrario a lo que muchos piensan, éste no es un indicador de qué tan nutritivo o fresco es el huevo. Su color varía dependiendo del número de carotenoides presentes en la dieta de las gallinas. Como podrás imaginar, muchos productores manipulan la alimentación de la aves para ofrecer una coloración más agradable en sus productos, pero no por ello más nutritiva.

3 El huevo crudo aporta más nutrientes (sobre todo, proteínas) que el huevo cocido. Por ello es recomendable para deportistas y personas sin tiempo para tomar un "desayuno completo".

MITO: Además de falso, es peligroso. El consumo de huevo crudo aumenta el riesgo de contraer salmonelosis, una enfermedad provocada por un grupo de bacterias presente en las heces de las gallinas y que, a través de alguna fisura o por los poros presentes en el cascarón, puede introducirse en el huevo. La buena selección, refrigeración y cocción de este alimento ayudan a reducir las probabilidades de que las bacterias se reproduzcan y nos enfermen.

En cuanto al aspecto nutrimental, el huevo crudo contiene una proteína llamada avidina que se encuentra ligada a una vitamina conocida como biotina, impidiendo su absorción en nuestro cuerpo. El enlace que une a estos nutrientes se "rompe" con el calor, por lo que podemos aprovecharlos sólo cuando cocinamos el huevo.

4 Comer el cascarón de huevo molido es una forma de integrar calcio a nuestra dieta.

MITO: A pesar de que la cáscara contiene un alto porcentaje en calcio, su consumo –aun molido– puede resultar perjudicial. Además de ser una posible fuente de salmonelosis, el cascarón triturado puede provocarnos lesiones gastrointestinales, amén de que no existe forma en la que el cuerpo aproveche el calcio que contiene. Existen otras formas de preparar la cáscara para su consumo, sin embargo, una dieta adecuada y baños de sol cortos son los métodos más recomendables para estar sanos.

5 Las mujeres embarazadas no deben tener contacto con el huevo crudo.

MITO: Durante el embarazo las mujeres deben extremar los hábitos de higiene para prevenir enfermedades que puedan afectar al feto. Sin embargo, el contacto directo con el huevo o la carne cruda al momento de cocinar no tiene por qué representar un inconveniente. Aunque estos alimentos pueden contener bacterias a las que sea susceptible el bebé en gestación, basta con lavarse correctamente las manos y los utensilios de cocina al terminar de usarlos o cuando se van a utilizar en otros alimentos. También es recomendable no consumir embutidos (a menos que se cuezan) o quesos no pasteurizados.

6 Comer sólo las claras de huevo ayuda a bajar de peso.

MITO: Como se ha enfatizado en otros estudios, no existe un alimento que, por sí solo, nos haga engordar o adelgazar. No obstante, existen alimentos cuyo aporte energético es menor. En el caso del huevo, tanto la clara como la yema tienen un aporte muy reducido de calorías. Muchos nutriólogos han impuesto la "moda" de comer sólo claras porque la yema presenta grasas, retirándole a este platillo el aporte fuerte de nutrimentos que contiene.

7 La clara de huevo alivia las quemaduras leves.

MITO: La clara de huevo no posee propiedades curativas. Al aplicarla sobre una herida cumple la misma función que haría un ungüento o pomada: evitar el contacto con el aire y, por lo tanto, alguna infección.

8 Se debe evitar el consumo de huevo debido a su alto índice de colesterol.

MITO: Contrario a la creencia popular, no existe una relación directa entre la ingesta de huevo y el aumento de colesterol en la sangre. Esto debido a que su yema no contiene grasas saturadas, nutrimentos que están vinculados con el aumento del índice de colesterol en la sangre.

Bibliografía:

- Eroski Consumer. (s.a.). "El huevo: mala fama injustificada". Recuperado el 20 de septiembre de 2012 de http://revista.consumer.es/web/es/20040901/alimentacion/
- Universidad de Murcia. (2011). "Unidades Haugh". Recuperado el 19 de septiembre de 2012 de http://ocw.um.es/cc.-de-la-salud/higiene-inspeccion-y-control-alimentario-1/practicas-1/practica-huevos-haugh
- U.S. Food and Drug Administration. (s.a.). "Precauciones frente al consumo de huevos". Recuperado el 19 de septiembre de 2012 de http://www.fda.gov/Food/ResourcesForYou/Consumers/ucm278821.htm
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. (s.a.). "Consejos para reducir el riesgo de adrquirir salmonella por el consumo de huevos". Recuperado el 23 de septiembre de 2012 de http://www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/SalmonellaHuevos/
- Coutts, Jeffrey A.; Wilson, Graham C. (2002). *Manual Práctico de Calidad del Huevo*. Departament of Primary Industries and Fisheries. Queensland, Publishing 5M.
- Instituto de Estudios del Huevo. (2006). *Seguridad alimentaria en huevos y ovoproductos*. [En línea]. Madrid: Instituto de Estudios del Huevo. Recuperado el 27 de septiembre de 2012 de http://www.aesan.msc.es/AESAN/docs/docs/publicaciones_estudios/seguridad/seguridad_alimentaria_huevos_ovoproductos1.pdf

LA RUTA (OCULTA) DEL HUEVO

Todos sabemos que los huevos vienen de las gallinas. Pero, ¿sabes cómo se forman en el interior de su cuerpo? El proceso de transformación de óvulo a una pieza de huevo lista para ser cocinada es sorprendente.

OVARIO

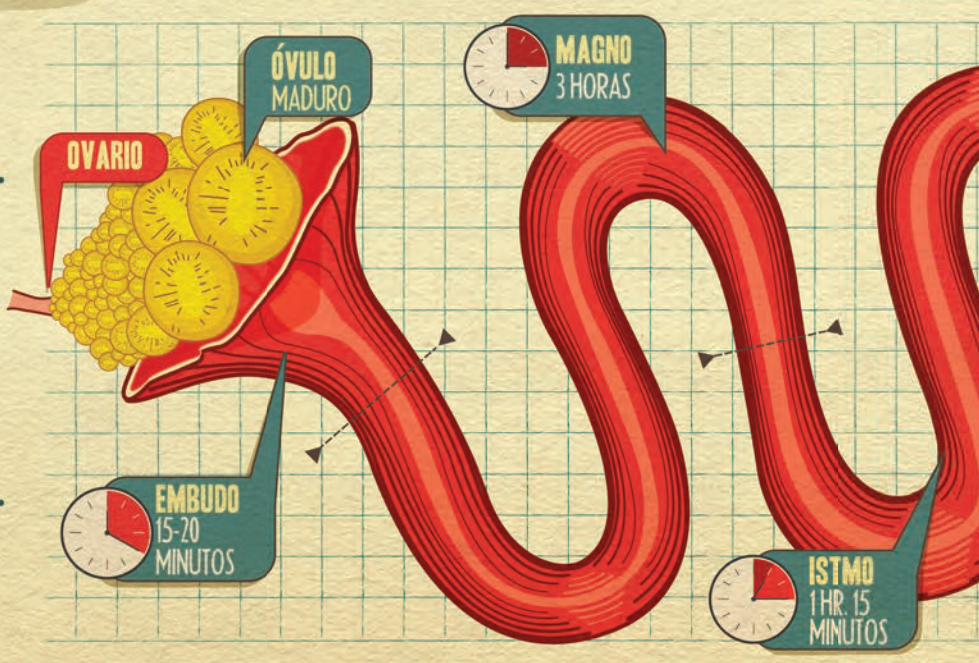
Aunque las gallinas cuentan con dos ovarios, sólo uno es funcional. Sirve como una especie de "almacén" en forma de racimo (de ahí el nombre de "racimo ovárico"). En su interior alberga hasta 4,000 óvulos que al desarrollarse se convertirán en yemas.

FOLÍCULOS

Se trata de sacos de paredes finas sujetas al racimo y que envuelven a las yemas (los óvulos desarrollados). Durante la ovulación, este saco se rompe, liberando a la yema más grande hacia el oviducto.

OVIDUCTO

Este conducto de aproximadamente 80 centímetros de longitud se divide en cinco secciones, cada una encargada de "ensamblar" una parte del huevo.



EMBUDO O INFUNDÍBULO

Tras romperse el folículo, el infundíbulo "recoge" el óvulo para que empiece su viaje. En caso de haber sido "pisada" la gallina (es decir, fecundada) el esperma del gallo fertiliza la yema. Esto no sucede con los huevos comerciales, pues provienen de gallinas que no han tenido (ni tendrán) contacto con machos.

MAGNO

En esta sección se le adhiere a la yema una capa de albumen (o clara), que servirá para aportar nutrientes al embrión.

EL TAMAÑO SÍ IMPORTA

Los huevos para venta comercial pueden clasificarse de acuerdo con su peso (y, por ende, con su tamaño). En la Norma Mexicana NMX-FF-079-SCFI-2004 se reconocen las siguientes cinco categorías:

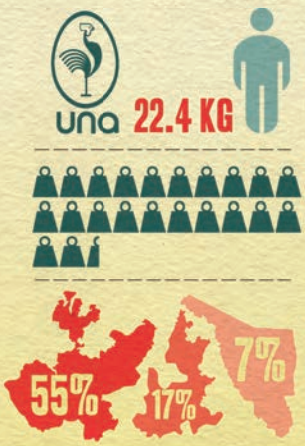
Tamaño	Peso mínimo por unidad (g)	Contenido neto mínimo por docena (g)	Contenido neto mínimo por caja (kg)
Extra grande	Mayor de 64	768	15.3 caja de 240 piezas
Grande Mayor	de 60 hasta 64	720	21.6 caja de 360 piezas
Mediano Mayor	de 55 hasta 60	660	19.8 caja de 360 piezas
Chico Mayor	de 50 hasta 55	600	18.0 caja de 360 piezas
Canica	Menor o igual a 50	---	---

De acuerdo con la Unión Nacional de Avicultores, en 2011 los mexicanos consumimos 22.4 kg de huevo per cápita.

En lo que va de 2012, nuestro consumo ha sido de 22.5 kg.

Durante 2011 se produjeron 2 millones 238 mil 137 toneladas de huevo.

El estado de Jalisco es responsable del 55% de la producción nacional, seguido por Puebla y Sonora.



México es el mayor consumidor de huevo a nivel mundial.

Para la producción de huevo las gallinas no necesitan tener contacto con los machos de su especie.

Las gallinas de postura (o ponedoras) producen hasta .9 huevos por día.

ISTMO

Aquí se forman la membranas testáceas que posteriormente ayudarán a formar la cámara de aire del huevo; una estructura que ayudará a intercambiar oxígeno y dióxido de carbono con el exterior.

GLÁNDULA COQUILIAR O ÚTERO

Se añade la albúmina exterior, más líquida y fluida que la que que rodea la yema. También se depositan los minerales que formarán la cáscara y el tinte característico de su especie.

VAGINA O CLOACA

Esta estructura de tejido mucoso ayuda a expulsar delicadamente el huevo.

BIBLIOGRAFÍA

· Asociación de Productores de Huevos de Chile. (s.a.). "Origen y proceso de formación". Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://www.asohuevo.cl/consumidores/huevo/index.php

· Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente. (s.a.). "Proceso de formación del huevo". Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://www.huevo.org.es/el_huevo_formacion.asp

· Secretaría de Economía. (2004). NMX-FF-079-SCFI-2004 Productos avícolas – Huevo fresco de gallina – Especificaciones y métodos de prueba. Recuperado el 9 de octubre de 2012 de http://200.77.231.100/work/normas/nmx/2004/nmx-ff-079-scfi-2004.pdf

· Unión Nacional de Avicultores. (2012). "Indicadores económicos". Recuperado el 10 de octubre de 2012 de http://www.una.org.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=191&Itemid=149

Gráfico: Arnulfo Guevara

La seguridad de productos es un derecho, aquí y en China

A pesar de que entre los humanos la seguridad es una preocupación constante, no siempre consideramos este aspecto a la hora de ejercer nuestro papel de consumidor. ¿Cuántos de nosotros revisamos las etiquetas, leemos las advertencias y manuales de uso de lo que compramos? Contar con productos seguros es nuestro derecho, pero también requiere voluntad de nuestra parte.

El consumidor es la pinza que cierra el círculo del fenómeno del mercado. Sin un usuario final, la cadena de producción, distribución y venta de productos y servicios no tendría sentido. Los consumidores somos, al menos en teoría, el fin último de las operaciones mercantiles.

"Ser consumidor, por definición, nos incluye a todos. Somos el grupo económico más grande en el mercado, que afecta y es afectado por casi todas las decisiones económicas públicas y privadas... Pero es el único grupo importante, cuyos puntos de vista a menudo no son escuchados", dijo John F. Kennedy, presidente de Estados Unidos, en un histórico discurso ante el Congreso de su país. Con esta frase, pronunciada en 1962, se definieron por primera vez los derechos básicos de los consumidores.

Medio siglo ha pasado desde entonces, en el cual ha habido muchos avances en el mundo para definir y proteger los derechos de los consumidores. No obstante, todavía hace falta que cada uno de nosotros conozcamos de lleno esos derechos y los ejerzamos, obligando a quienes nos proveen de bienes y servicios, a respetarlos.

El poder comienza por la información

Quien conoce su derecho a la seguridad en la adquisición de bienes y servicios que no pongan en riesgo la vida ni el estado físico de las personas, sabe bien que los productos que se ofrecen tienen que obedecer ciertos lineamientos de control de calidad.

Solemos pensar que los productos riesgosos o defectuosos son únicamente aquellos de marca desconocida o adquiridos en el mercado informal. A pesar de que esto sí puede incidir en la calidad, la realidad es que aun habiendo control sobre ésta, ninguna marca está exenta de que sus productos puedan provocar accidentes, lesiones e, incluso, fallecimientos, consecuencia de defectos en el diseño o en la manufactura, riesgos intrínsecos a los materiales con que se produjeron, ensamblajes complicados para el usuario, por mencionar algunos aspectos.

En Reino Unido, por ejemplo, 7% de los productos que se someten a pruebas presenta problemas de seguridad que pueden ocasionar heridas o muertes.[1] En Estados Unidos, productos de consumo doméstico –como muebles, juguetes, electrodomésticos, limpiadores, etcétera– lesionan, en accidentes provocados por su estructura o defectos de fabricación, a más de 33 millones de personas cada año.[2]

Incluso un producto bien diseñado y sin defectos puede dañarnos si no conocemos la manera de utilizarlo; por eso, es responsabilidad del fabricante darnos información detallada y completa, y nuestra, leerla y seguirla al pie de la letra.

En países como Canadá y Australia, la prevención de lesiones está contemplada dentro de los programas de salud pública, considerando de especial manera la seguridad en productos. Tan sólo en Canadá, los accidentes causan más decesos en niños de 1 a 14 años, que la suma de todas las otras causas de muerte en esas edades, y en más de la mitad está involucrado el empleo de algún producto que se usó de manera inadecuada o que no debería estar al alcance del menor.[3]

Mercados globales, seguridad local

En el mercado global, la relación productor-consumidor se complejiza inevitablemente. Además de que la influencia de las empresas transnacionales se expande, también se incrementan los costos en algunas zonas geográficas donde la disponibilidad de recursos es menor. En países

Los consumidores podemos adoptar un rol **más activo** en la mejora de seguridad de los productos que encontramos en el mercado al **comprar prudentemente**, de manera **informada** y dentro de la **legalidad**

[1] Bassett, Malcolm, "The Role of Consumer Associations", Consumers' Association (UK) & ANEC, Seminar on enforcement of consumer policy with Poland - Berlin, 2005.
[2] http://www.cpsc.gov/cpscpub/prerel/prhtml07/07256.html
[3] http://www.productsafety.gov.au/content/index.phtml/itemId/970225 http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/child-enfant/advisor-conseillere/index-eng.php

LA CPSC encontró que 150 de los productos **químicos** usados en el hogar están vinculados con **padecimientos** como alergias y migrañas

donde la mano de obra es más barata, pueden obtenerse insumos más económicos al margen de su calidad o donde la regulación ambiental o laboral es más laxa, lo cual hace posible producir barato y mucho.

Asimismo, la piratería y el mercado informal se globalizan ampliando la distribución de sus productos dudosos, disponibles incluso en tiendas establecidas que incumplen cabalmente con la ley. Cuando los productores dejan de lado la ética y la legalidad, es muy fácil transgredir los derechos de los consumidores al venderles productos sin información ni garantías.

De acuerdo con un estudio realizado en 2011, dos de cada tres consumidores en el Distrito Federal compraron, en los tres meses previos a la consulta, algún producto en el comercio informal; 60% de las personas consultadas dijo recurrir a la informalidad porque encontraba productos más baratos, mientras que 41% señaló que no le importa sacrificar la calidad si el precio es menor.[4]

Aunque las autoridades y las legislaciones en materia de consumo se han ido desarrollando para brindar mayores herramientas y vigilancia, las relaciones de consumo han cambiado tan aceleradamente en los últimos años, que a veces se adelantan a la creación de mecanismos que protejan al consumidor de manera efectiva. Por ello, es indispensable que conozcamos nuestros derechos, para ser copartícipes en su defensa.

Consumidor prevenido vale por dos

La preocupación por la seguridad está en nuestra cultura, desde que nos enseñaron a cruzar la calle, a no confiar en extraños, a evitar transitar por zonas oscuras o apartadas. El mismo instinto de autoconservación debe aplicarse a la hora de adquirir y hacer uso de un producto, sobre todo si lo vas a meter en tu casa para usarlo cotidianamente.

Sin llegar a la paranoia, es necesario identificar los riesgos inherentes a cada producto, para poder prevenirlos:

◗ Cuando hay defectos de fabricación, mal ensamblado o con componentes y materiales de mala calidad, el objeto puede romperse y lastimar: los fragmentos pueden ingerirse, clavarse, lacerar y, según el tamaño, provocar el desplome de la estructura, e incluso llegar a aplastar.

En julio pasado, la marca de herramientas Bosch retiró del mercado estadounidense su sierra eléctrica Skilsaw de 10 pulgadas porque, sin haberse reportado heridos, detectaron que un protector inferior podía romperse y dejar expuesta la hoja mientras la sierra se encontraba en uso.

Ese mismo mes, también en el vecino país del norte, así como en Canadá, fueron retirados más de 100 mil sets de columpios Swing Flyer, por haberse reportado 13 niños lesionados al desprenderse los asientos. Los columpios se vendían en tiendas como Walmart y Toys "R" Us.

En 2010, en nuestro país, **Profeco** prohibió la comercialización de los modelos de andaderas Glenco Baby Musical y Baby Walker, Prinsel y Bebe Sin, por no soportar el peso que anunciaban y presentar rompimiento tanto en el material como en el mecanismo que sujetaba al bebé, de manera que podía caerse.

◗ Muchos de los productos de limpieza para el hogar son corrosivos, irritantes, inflamables o alergénicos. La Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de Estados Unidos (CPSC, por sus siglas en inglés) encontró que 150 de los productos químicos comúnmente encontrados en los hogares están vinculados con 10 de cada cien casos de alergia, defectos de nacimiento, cáncer y alteraciones psicológicas, y en 20% de los casos de hipertensión y migrañas.[5]

Las regulaciones internacionales de seguridad en este tipo de productos estipulan que sus etiquetas deben presentar instrucciones de uso, advertencias en cuanto al contacto directo y/o exposición prolongada, así como una lista de todos y cada uno de los químicos que contiene el producto; además, los envases y sus tapas deben de ser a prueba de niños.

Los materiales tóxicos también pueden estar presentes en utensilios, sartenes, ollas y contenedores y envases de alimentos; o, en el caso de productos para infantes, cualquier tipo de objeto que pueda estar en contacto con la boca o ser aspirado o mordido, como juguetes, chupones y, en general, artículos para bebés.

El imperio juguetero Mattel anunció en agosto de 2007 el retiro de casi un millón y medio de juguetes de la línea Fisher-Price, fabricados en China, debido a que el contratista utilizó un pigmento de pintura no aprobado que podría contener plomo. Este metal pesado puede causar intoxicaciones, envenenamientos, deformaciones y retraso mental y psicomotriz.

En 2011, en México, Procter & Gamble proporcionó información respecto de un incidente de calidad a **Profeco** y a la Comisión Federal para la

Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), por lo que se emitió un retiro voluntario del Enjuague Bucal Oral B Complete fabricado en el país sudamericano de Colombia.

El pasado diciembre, precisamente en el día de Navidad, un sobrecalentamiento de luces navideñas provocó un incendio que arrasó con más de 50 viviendas en la región del Callao, en Perú.

Las luces navideñas de mala calidad podrían ser la principal causa de incendios durante diciembre y enero en México. Se calcula que sólo entre el 50% y el 40% de las 50 millones de series de luces que se venden al año en el mercado mexicano cumplen con los estándares de calidad y seguridad que establece la Norma Oficial Mexicana.[6]

Datos de compañías aseguradoras apuntan a que 70% del total de incendios que se reportan en el país es provocado por un corto circuito, lo cual hace a los aparatos electrodomésticos merecedores de especial atención cuando se trata de la seguridad de fabricación de los productos.

En Estados Unidos, la CPSC reportó que en el periodo de 2006 a 2008 hubo 51 mil 100 incendios provocados por componentes, aparatos o sistemas eléctricos que fallaron, en los que murieron 400 personas y 2 mil 990 sufrieron lesiones.

Según datos de la misma Comisión estadounidense, los productos eléctricos inseguros pueden pertenecer a tres categorías: los que no han sido sometidos a ningún tipo de certificación, los que tienen etiquetas falsas de autorización, y los que se encuentran acreditados, pero presentan algunos problemas de seguridad identificados o se han presentado incidentes que podrían devenir en un posterior retiro del producto.

Algunas alertas recientes[7]:

- Motocicleta Roadcaster Canam Spyder RT de la marca Bombardier Recreational, debido a riesgo de accidente por falla en el pedal.
- Llamado a revisión de los modelos 911 Carrera y 911 Carrera S Modelos 2012 de Porsche por posible fuga de combustible que puede provocar incendio.
- Extensiones eléctricas de triple uso rudo Wilson modelo SJW 3X16/.60 incumplieron la NOM-003-SCFI-2000, por lo que podrían provocar corto circuito, incendio, descargas eléctricas, quemaduras y choques eléctricos.

[4] Mitofsky. (2011). "Percepciones en torno al comercio informal en el Distrito Federal".
[5] CPSC. (2002). "Requirements under the Federal Hazardous Substances Act: Labeling and Banning Requirements for Chemicals and Other Hazardous Substances".
[6] Según datos de la Secretaría General de Protección Civil del Distrito Federal.
[7] http://www.alertas.gob.mx

• Modelos M70Z y M90Z de los equipos de cómputo Lenovo Thinkcentre, ya que podrían sobrecalentarse y, en algunos casos, provocar incendios.

◗ Además de los aparatos eléctricos, cualquier otro tipo de producto que consuma combustible puede provocar incendios o intoxicación por monóxido de carbono o fugas de gas. Hablamos de calefacciones, radiadores eléctricos, calentadores de agua o ambientales, cerillos, encendedores, estufas y hasta secadoras de ropa. Todos éstos deben ser instalados en lugares ventilados y contar con sensor de oxígeno o de monóxido de carbono y apagarse automáticamente, deteniendo también la salida de combustible en caso de peligro.

Asimismo, muchos de los artículos que usamos diariamente en el hogar son altamente inflamables; por ejemplo, los muebles tapizados, cortinas, colchones y ropa de cama, telas de la ropa de vestir y juguetes. Estos productos idealmente deben de estar diseñados para retrasar las llamas; sus etiquetas deben de especificar esta información al consumidor.

◗ Se deben principalmente a que se genera algún tipo de movimiento por energía eléctrica o por operación humana de aparatos con bordes afilados o piezas móviles. Artículos como ventiladores, licuadoras, molinos de cocina, herramientas manuales y eléctricas, entre otros.

Los accidentes mecánicos por las fallas en los aparatos generalmente suceden en tres puntos: el punto de operación, el área en que las piezas están en movimiento –por ejemplo, engranes o aspas–, y el punto de transmisión de potencia, como sería el eje en un aparato en rotación.

La necesaria participación del consumidor en su propia seguridad

Si bien los fabricantes están obligados garantizar la seguridad en sus productos, las autoridades deben vigilar el cumplimiento de la normatividad y actuar ante la sospecha de que un producto ponga en riesgo la integridad personal, la salud y la vida de los consumidores.

En México, los productores están obligados a fabricar y comercializar mercancías que cumplan con las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) e informar al consumidor sobre el uso adecuado del producto, así como acerca de los riesgos potenciales y, en el caso de detectar alguno, dar

aviso a la autoridad y retirar el producto y compensar al consumidor.

La participación de los consumidores en todo el mundo es esencial no sólo para hacer valer los derechos, sino para mejorar la calidad de los productos, propiciar la competencia, denunciar deficiencias, fortalecer la vigilancia de las autoridades y presionar a productores y distribuidores para elevar los niveles de seguridad.

Los consumidores mexicanos podemos adoptar un rol más activo en la mejora de seguridad de los productos que encontramos en el mercado al comprar prudentemente, de una manera informada y dentro de un marco de legalidad. Por eso:

- Infórmate y compara antes de comprar.
- No adquieras productos pirata o de segunda mano, de procedencia dudosa o desconocida.
- Asegúrate de que el producto cuenta con una etiqueta y lee cuidadosamente qué materiales se utilizaron en la fabricación, qué sustancias contiene, el país de origen, las instrucciones de uso y de cuidado, las advertencias, etcétera.
- Utilízalo sólo para su fin previsto y dale el mantenimiento que requiera.

Productos seguros también en México

La Procuraduría Federal del Consumidor es la instancia facultada para emprender el retiro de artículos riesgosos en el territorio nacional. A través de su herramienta Red de Alerta Rápida, se notifica a los consumidores sobre aquellos productos que, por no reunir las características mínimas de seguridad, pueden poner en riesgo la salud, el bienestar o la vida de los consumidores.

Además de **Profeco**, esta plataforma la integran la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), el Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria (Senasica); así como el Servicio de Aduanas.

Existen tres maneras con las que **Profeco** detecta productos peligrosos:

1. La comunicación directa de Agencias de Protección al Consumidor en otros países, como la Consumer Product Safety Commission (CPSC) de Estados Unidos de América, Health Canada, de Canadá, y el Rapex en la Unión Europea; o mediante el monitoreo en páginas de internet de productos potencialmente riesgosos que pudieran estarse comercializando en México. De ser el caso, **Profeco** confirma esta información, para luego emitir la alerta correspondiente.

2. La comunicación voluntaria por parte de las empresas responsables que detecten algún tipo de riesgo en los productos que fabrican, distribuyen o comercializan. Para estos proveedores, la Red de Alertas es un mecanismo para que puedan informar a los consumidores sobre el incumplimiento de sus propios estándares de calidad y emitir llamados ya sea a:

· **Revisión o servicio.** Se informa a la población sobre las acciones mediante las cuales la empresa reparará el producto sin costo alguno.
· **Retiro voluntario.** Las empresas hacen del conocimiento público cómo y dónde realizará el retiro del producto riesgoso del mercado, y el mecanismo para recibirlo en devolución o sustituir los que ya se hayan vendido.

3. Derivados de los procesos de verificación que **Profeco** lleva a cabo de manera ordinaria, motivados por:

a) Las temporadas de mayor consumo de ciertos productos; por ejemplo, a partir de octubre, la verificación de series, figuras y luces navideñas; en diciembre, juguetes; en septiembre, bebidas alcohólicas.
b) Denuncias de los consumidores, quienes ponen al tanto a la autoridad sobre la comercialización de productos que dañen al usuario. Aquellos productos que se comercialicen en el territorio nacional que no cumplan por completo con las NOM aplicables y otras, como las Normas Mexicanas (NMX) o de referencia y Normas Internacionales, pueden ser destruidos o retirados del mercado para su corrección por parte del proveedor, según lo determinen las autoridades.

Una vez detectado el riesgo potencial que puede generar un producto para el consumidor, la alerta se publica en el micrositio de la Red de Alerta Rápida **www.alertas.gob.mx**, el cual no sólo es visible en esta página electrónica, sino que llega vía correo electrónico a todos sus suscriptores.

* Si algún producto te perjudica o consideras que puede dañar a otros consumidores, denúncialo al 5568 8722 en el DF o al 01800 468 8722 en el resto del país.

Profeco avisa a los consumidores sobre productos riesgosos comercializados en el país a través de la **Red de Alertas Rápidas**. ¡Suscríbete!

Estás a cinco clics de desahogar tu queja

CONCILIANET

concilianet.profeco.gob.mx

Concilianet es la herramienta de **Profeco** para resolver, vía internet, los conflictos que tengas con los proveedores participantes con cero filas, cero espera y cero papel.

Clic 1 Entra a concilianet.profeco.gob.mx y activa una cuenta registrando tu correo electrónico y una contraseña.

Clic 2 Escribe tus datos personales y la información que se te pide para presentar tu queja.

Clic 3 Adjunta los documentos que acreditan tu identidad y tus comprobantes de compra.

Clic 4 Recibe, en un máximo de 5 días hábiles, el correo en el que te informaremos el día y la hora de tu audiencia virtual.

Clic 5 Dialoga con el proveedor, con la intervención de Profeco, en la audiencia virtual conciliatoria para llegar a un acuerdo justo para todos.

Foto Arturo Buitrón

Estos son los 52 proveedores que ya concilian en línea:

Aeroméxico • Acros • American Airlines • Andrea • Aviateca • Bodega Aurrera • Bodega Aurrera Express • Bradescard • Comisión Federal de Electricidad • Club Inntegra • Copa Airlines • Deremate.com • Dorians • Fábricas de Francia • Gas Natural de México • Grupo Geo • Grupo Metropolitano • HP • Hypercable • KitchenAid • LAN • Lacsa • Liverpool • LG México • Mabe • Mas Tv • MAXCOM • MaxiGas Natural • Maytag • Mercado Libre • Mi Bodega • Mixup • Nextel • Office Depot • Presidente Club de Viajes • Redpack • Sadasi • Saks • Sanborn's • Sears • Superama • Sams Club • Taca • TacaPerú • Telcel • Telecable • Total Play • VivaAerobus • Viveica • Volaris • Walmart • Whirlpool

Encuentra todos estos servicios en las delegaciones y subdelegaciones. Localiza la tuya en el Portal del Consumidor. Vísitalo, es tuyo: **www.consumidor.gob.mx**

Te invitamos a conocer nuestros canales de contacto y a utilizar las herramientas a tu disposición para defender tus derechos:

PROFECO servicios

Revista del Consumidor en Línea: consulta los estudios de calidad, Tecnologías Domésticas, programas de radio y TV, además de *webcasts*, *podcasts*, y artículos sobre consumo inteligente. Visita **revistadelconsumidor.gob.mx**

Contacto ciudadano: es el espacio de atención ciudadana en el que proveedores y consumidores pueden realizar trámites, como solicitudes de calibración de instrumentos de medición, venta de hologramas y asesoría en general. Escríbenos a **contacto_ciudadano@profeco.gob.mx**

Brújula de compra: suscríbete a este *newsletter* para recibir artículos, análisis de precios, estudios comparativos y recomendaciones para ahorrar y comprar con conocimiento. Encuéntralo dentro de **profeco.gob.mx**

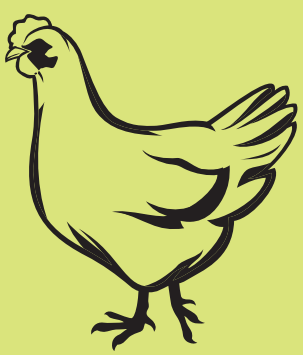
Registro Público para Evitar Publicidad: para evitar recibir publicidad no deseada en tu teléfono, inscribe tu número al **9628 0000** (DF, Zona Metropolitana, Guadalajara y Monterrey) o **01 800 962 8000** (resto del país).

Concilianet: cero filas, cero espera, cero papel. Sólo necesitas una computadora con acceso a internet y la disposición de hacer valer tus derechos. En **concilianet.profeco.gob.mx** puedes presentar tu queja con los proveedores que ya concilian en línea.

Asesorías: entra en contacto directo con especialistas en derechos del consumidor en **asesoria@profeco.gob.mx**

Quién es Quién en los Precios: herramienta en línea para consultar el precio de cerca de 2 mil productos de abarrotes, carnes, lácteos, frutas, verduras, electrodomésticos, línea blanca y medicamentos en 23 ciudades del país.

Buró comercial: ¿quieres saber el número y motivo de quejas o reclamaciones contra proveedores, así como si los contratos de adhesión que utilizan contienen cláusulas abusivas o inequitativas? Consúltalo en **burocomercial.profeco.gob.mx**



Asociaciones de consumidores: únete con tus vecinos y amigos para defender tus derechos como consumidor, protegerte de proveedores abusivos y difundir la cultura de un consumo responsable. Contáctanos en **asociaciones@profeco.gob.mx**

Procitel: a través del Programa de Citas por Teléfono es posible concertar un encuentro en tu delegación o subdelgación **Profeco** para iniciar un proceso de queja contra algún proveedor. Para hacer uso de este servicio, comunícate al **Teléfono del Consumidor**.

Teléfono del Consumidor: recibimos tus dudas, quejas y denuncias. Ten siempre a la mano el **5568 8722** (DF y zona metropolitana) y **01 800 468 8722** (resto del país).

OFRENDAS DE DÍA DE MUERTOS, UNA TRADICIÓN MUY VIVA

¿Tienes ganas de poner una ofrenda? No importa si tienes mucho o poco espacio en casa, recorta por la línea punteada los elementos que encontrarás en esta página y pégalos en el altar de la derecha.

Las ofrendas del Día de Muertos desbordan color, sabores, aromas y amor. Son una forma de expresarle a quienes ya no están que, a pesar de la muerte, los seguimos queriendo y extrañando como si aún estuvieran vivos. Por eso les ponemos la mesa y los invitamos, dondequiera que estén, a pasar una noche más con nosotros. Mientras pones tu ofrenda, piensa en todas las cosas buenas que viviste con esa persona ¡y no te olvides de que se trata de una fiesta, no un funeral!

FOTO
Es la persona a quien dedicas la ofrenda y esperas que te visite.

CALAVERAS
Nos recuerdan a los vivos que algún día moriremos.

VELAS
Significan fe y esperanza. Ayudan a las almas a encontrar la casa de sus seres queridos.

COMIDA
Según la tradición, los espíritus aspiran el sabor de los platillos; generalmente, sus favoritos.

COPAL
Aleja a los malos espíritus para que no impidan la llegada de las almas a su destino.

CRUZ DE CAL
Los orienta, ya que les indica dónde está el Norte, el Sur, el Este y el Oeste. ¡Como una brújula!

CADENA DE PAPEL
Representa la unión entre la vida y la muerte.

SAL
Limpia el alma del difunto.

PAN DE MUERTO
Ese que comes con champurrado o chocolate. Además de rico, tiene un significado: las bolitas de encima representan el cráneo, y las canillas, los huesos.

AGUA
Calma la sed del difunto tras su largo recorrido.

PAPEL PICADO
Les recuerda a los difuntos el colorido y la alegría de vivir.

FLORES
Son para darle la bienvenida al alma al mundo de los vivos. La blanca representa el cielo; la amarilla, la tierra, y la morada, el luto.

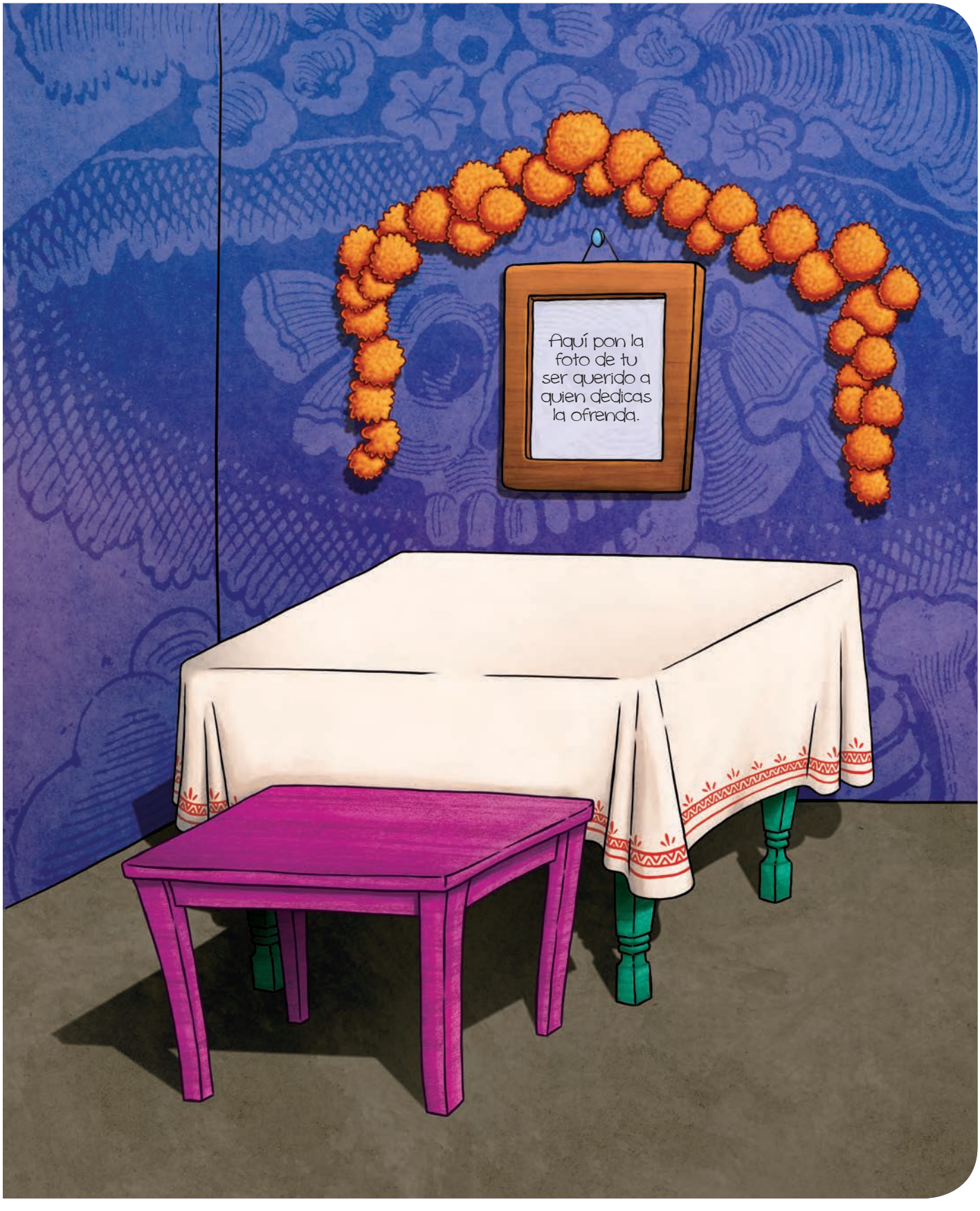


Gráfico: Bruno Piña

Fuentes:
· Perfiles. (Noviembre de 1995). "Día de Muertos". *Perfiles*. Organo de Difusión del ITESM campus Eugenio Garza Sada. No. 110. Recuperado el 18 de septiembre de 2012 de http://www.cegs.itesm.mx/campus/perfil/nov95/pag3/diademuertos.html
· Rodríguez Denis, Patricia Beatriz. (Enero-abril de 2012). "El altar de muertos: origen y significado en México". *La ciencia y el hombre. Revista de divulgación científica y tecnológica de la Universidad Veracruzana*. Volumen XXV, Número 1. Recuperado el 18 de septiembre de 2012 de http://www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol25num1/articulos/altar/

EL TURNO DE →

Gustavo Sánchez Parra

Consumidor

De formación teatral pero consagrado al cine. Ganador del premio Ariel por su papel de villano en *Amores perros*, y recientemente protagonista de *Rabia*, Sánchez Parra es uno de los actores mexicanos con mayor reconocimiento y proyección internacional, además de un gran atleta. Se declara un consumista "autoconsentidor" que gasta de manera responsable.

¿Qué te compraste con tu primer sueldo?
Ropa, con eso me consiento. Y tengo debilidad por la ropa deportiva.

Ofertas vs. Gustavo, ¿quién gana?
Muchas veces las ofertas; me declaro una víctima de la mercadotecnia y la publicidad. Sinceramente sí soy consumista, me gusta ir de compras.

¿Te consideras despilfarrador?
No, cuando tengo dinero me doy mis gustos, y mi crédito lo uso sólo para cosas necesarias y para comprar por internet.

¿Qué es lo que más compras en línea?
Discos, porque me gusta tenerlos físicamente, boletos para espectáculos, y en viajes y ropa.

¿Prefieres ir al mercado, al súper o a la tiendita de la esquina?
Según lo que necesite comprar, pero me gusta mucho ir al mercado que está cerca de mi casa.

¿Compras artículos de segunda mano?
Sí, me encanta ir con mis hermanos a buscar y comprar discos usados.

¿Qué es para ti un gasto inútil?
Adquirir algo que sabes que no te sirve, pero que de todas maneras te quieres comprar.

¿Qué no soportas que se desperdicie?
El agua.

¿Cómo le hiciste para bajar 13 kilos para tu papel en *Rabia*?
Fue un proceso que duró tres meses, con una nutrióloga que me cuidó mucho; una dieta baja en carbohidratos y proteínas. Fue difícil; al final sí me afectó, sobre todo emotivamente, pero era parte de la construcción del personaje, y también físicamente fue duro, sin embargo, mi salud siempre estuvo bien.

¿El cine y el teatro tienen un precio justo?
Es un precio justo para el consumidor, pero injusto para las producciones nacionales, sobre todo de teatro, que a veces hasta salen perdiendo.

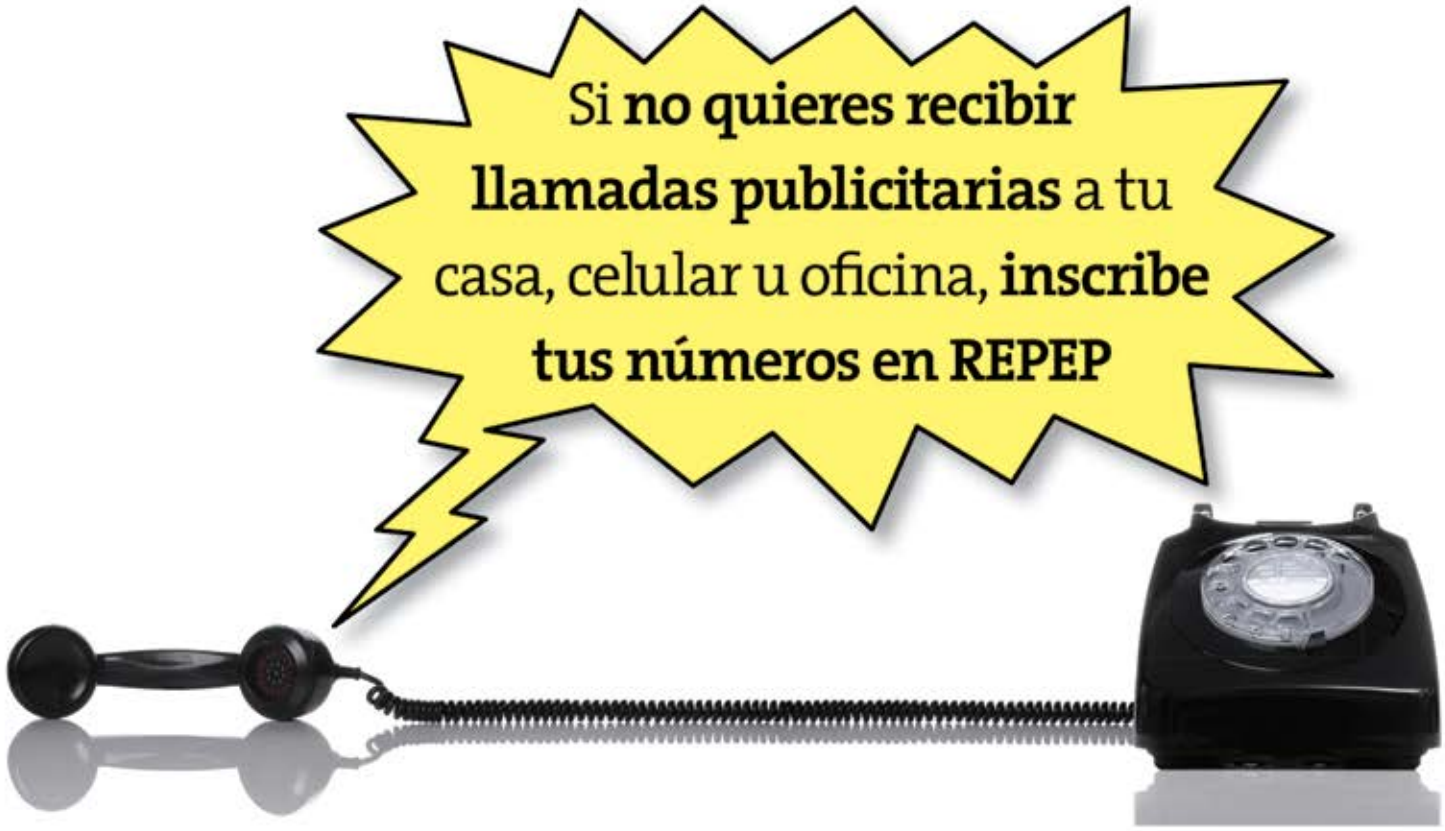
¿El cine mexicano tiene futuro?
Sí, tenemos un presente muy interesante, pero hasta el momento somos más apreciados en la escena internacional que dentro del país.

Foto: Cortesía de Talent On The Road

Registro Público para Evitar Publicidad

REgistro Público para Evitar Publicidad

LA PRIVACIDAD ES TU DERECHO



- Marca al **9628 0000** DF, zona metropolitana, Guadalajara y Monterrey o **01 800 962 8000** en el resto del país, las 24 horas, los 365 días del año.
- Si pasados 30 días de estar inscrito una empresa vuelve a llamarte, denúnciala al Teléfono del Consumidor: **5568 8722** DF y zona metropolitana o **01 800 468 87 22** en el resto del país.

FOVISSSTE
cada vez más cerca de ti.

40 AÑOS

1'300,000 créditos otorgados

Vivir Mejor

GOBIERNO FEDERAL

Inscríbete al sorteo de créditos tradicionales 2013

21 de Noviembre de 2012

Solo necesitas tu CURP

a partir del 15 de octubre
al 12 de noviembre de 2012

www.fovissste.gob.mx

ISO 9001:2008

EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSABLE

Todos los trámites son gratuitos

PLATILLO *sabio*

El PSP s integra, en un solo plato, verduras, cereales, leguminosas o alimentos de origen animal que cumplan con los principios de una dieta equilibrada. Los ingredientes han sido cuidadosamente cuantificados para crear platillos agradables y nutritivos que aporten energía, proteínas, vitaminas y minerales; edamás de económicos, deliciosos, prácticos e imaginativos.

Si ya leíste nuestra sección Consumo Cultural de este mes, conoces la dieta de nuestros ancestros; así, estas recetas incluyen ingredientes heredados de aquellas antiguas tradiciones.

En nuestra primera opción, el sabor y los nutrientes de las tortillas y el pollo se combinan en un delicioso pastel, para dar un equilibrado aporte proteínico y de carbohidratos; que se acompaña de una salsa de chiles poblanos –que actualmente están en temporada –y tomates verdes – también conocidos como tomatillo o fresadilla. Este último ingrediente da un sabor delicioso y típico a los platillos mexicanos y es, además, una rica fuente de antioxidantes, vitamina C y minerales como calcio, fósforo y hierro.

Nuestra segunda opción también es verde, y como tal, una excelente alternativa para ovolácteo-vegetarianos o para quienes quieran moderar su consumo de carne. Se trata de una combinación de avena, huevos, frijoles, nutricionalmente muy completa, con quelites, que dan el toque a esta receta. En México, existe una variedad de más de 500 especies de estas hierbas silvestres comestibles como el berro, chaya, cenizo, trébol, alache, pápalo, hojas de nabo y verdolaga, entre otras, que ofrecen vitaminas a tu dieta, principalmente C, minerales y mucha fibra. Y son una importante fuente de calcio.

¡Que comas tan rico y sano como los tlatoanis!

El PSP está avalado por la nutrióloga María Rosa Ochoa Camposeco.

Profeco

97. PASTEL DE POLLO ESTILO SUIZO

APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN
Kilocalorías 597 * Proteínas 33 g * Grasa 26 g * Colesterol 88 mg * Fibra dietética 8 g

INGREDIENTES (6 RACIONES)

- 18 tortillas de maíz (540 g)
- 1 pechuga de pollo (500 g) cocida y deshebrada
- 90 g de queso suizo o manchego, rallado
- 750 g de tomate verde
- 2 chiles poblanos (200 g) asados, pelados y en rajas
- 1 cebolla chica (150 g) (⅓ en trozo, ⅓ finamente picada y ⅓ en medias lunas)
- ½ taza de granos de elote cocidos (120 g)
- 6 rabanitos (120 g)
- 1 manojo de cilantro (110 g)
- 3 chiles verdes (18 g)
- 1 diente de ajo (2 g)
- 1 taza de media crema (240 ml)
- 6 cucharadas de aceite (60 ml)
- 1 cucharada de mantequilla

PREPARACIÓN

1. Hierve los tomates verdes junto con los chiles hasta que cambien de color. Retíralos del agua y licúalos junto con la cebolla en trozo, el ajo y el cilantro, hasta que quede una salsa totalmente tersa.
2. Cuela la salsa sobre una sartén y agrega la media crema; salpimienta y deja al fuego hasta que sazone.
3. En una cucharada de mantequilla sofríe la cebolla picada, agrega las rajas y los granos de elote. Salpimienta al gusto.
4. Con la ayuda de una brocha, barniza las tortillas con un poco de aceite y pásalas por una sartén para que se sellen por ambos lados.
5. En un molde refractario, coloca una capa de tortillas, y esparce un poco de pollo, rajas y granos de elote. Después, baña con la salsa suiza verde.
6. Repite la operación hasta terminar con los ingredientes. La última capa debe ser de salsa. Espolvorea encima el queso rallado y hornea a 180 °C durante el tiempo necesario para que el queso gratine y dore ligeramente.
7. Corta el pastel en porciones iguales y sirve adornando con la cebolla en medias lunas y un rábano cortado en flor.

98. ALBÓNDIGAS DE AVENA CON QUELITES

APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN

Kilocalorías 608 * Proteínas 25 g * Grasa 29 g * Colesterol 135 mg * Fibra dietética 6 g

INGREDIENTES (6 RACIONES)

- 2 tazas de avena en hojuelas (200 g)
- 400 g de quelites (puede ser también espinaca o acelga)
- 1 bolillo frío (70 g) remojado en ½ taza de leche
- 3 cucharadas de harina de trigo (30 g)
- 3 tazas de frijoles cocidos (180 g en crudo)
- 3 jitomates grandes (690 g) asados
- 1 cebolla chica (150 g), la mitad picada y la otra entera y asada
- 2 chiles chipotles adobados (8 g)
- 1 diente de ajo (2 g) asado
- 3 huevos (165 g) batidos
- 150 g de queso fresco rallado
- ½ taza de leche
- Aceite (110 ml)
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

1. Pica finamente los quelites o las hojas utilizadas y cuécelas a vapor con un poquito de sal. Exprímelos muy bien.
2. Tuesta la avena y licúala en seco de poco en poco. En un tazón, mezcla la avena molida con las hojas verdes, el pan remojado, los huevos, la cebolla picada y el queso (reserva una parte para adornar). Salpimienta y revuelve muy bien hasta tener una mezcla homogénea.
3. Forma las albóndigas, enharínalas y dóralas en el aceite caliente, de preferencia en fritura profunda. Escurre sobre papel absorbente.
4. Licua los jitomates con el resto de la cebolla, los chiles y el diente de ajo.
5. Sofríe la salsa utilizando solamente una cucharada de aceite, salpimienta al gusto e incorpora las albóndigas.
6. Tapa y deja a fuego bajo durante 15 minutos aproximadamente, moviendo de manera ocasional y verificando que la salsa esté caldosa para evitar que se pegue.
7. Sirve las albóndigas acompañadas con los frijoles de la olla, espolvoreados con un poco de queso.

Fotos: Armando Rodríguez. **Estilismo culinario:** Nelly Güereña.

Puedes ver la preparación de estos platillos en video, a cargo del chef Edgar Núñez en **Platillo Sabio Profeco** programa de televisión en Revista del Consumidor TV y también en el sitio **revistadelconsumidor.gob.mx**

@EdgarNunezM

SUSCRÍBETE AHORA

$250

12 NÚMEROS POR EL PRECIO DE 10

CORRESPONDENCIA CON PORTE POR COBRAR
SOLAMENTE SERVICIO NACIONAL

REGISTRO POSTAL
RESPUESTAS
RP09-0278
AUTORIZADO
POR SEPOMEX

No necesita estampillas
Depositar en cualquier buzón

RESPUESTAS A
PROMOCIONES
COMERCIALES

Revista del **Consumidor**

Administración Postal núm. 40, CP 06140, México, DF

Renovación de suscripción

Suscripción nueva

Llenar con letra de molde

Nombre: _____

Dirección: _____

_____

Colonia: _____

Delegación o municipio: _____

Estado: _____ **CP:** _____

Teléfono: _____

Formas de pago

Correo: envía este cupón con giro inmediato a nombre de la Procuraduría Federal del Consumidor.

Fax: envía este cupón con tus datos completos y las referencias de tu tarjeta de crédito a los teléfonos **5553 0574** o **5516 6612.**

Teléfono: llama al **01 800 468 8722** lada sin costo desde cualquier otro lugar de la República, para pagos con tarjeta de crédito Visa o Mastercard.

Depósito interbancario: llama al **5516 6612** o **5212 0468**, desde el DF y zona metropolitana, o al **01 800 468 8722**, larga distancia sin costo, para solicitar línea de captura, referencia y convenio.

Multipagos: entra a pagos.profeco.gob.mx, regístrate, llena el formulario, selecciona el servicio y obtén tu suscripción.

Delegaciones: busca en la página **76** tu delegación **Profeco** más cercana, visítala y suscríbete.

Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el Instituto Federal de Acceso a la Información Pública (IFAI).

Si no recibes a tiempo tu revista, escríbenos a circulacion@profeco.gob.mx o llama a nuestro departamento de suscripciones a los teléfonos: 5516 6612, 5516 6939 y 5212 0468